

Genieße deine *Gesundheit*
in vollen *Atemzügen!*

PRÄVENTIONSKURSE

Wirbelsäulen- und Atemgymnastik

Seit 2012 bieten wir Präventionskurse in unserer SalzOase an. Die Krankenkassen erstatten dir bis zu 80 Prozent der Kurskosten zurück. Du benötigst keine Überweisung vom Arzt, zweimal im Jahr werden die Kurse für „Wirbelsäulen- und Atemgymnastik“ bezuschusst.

Ein Kurs besteht aus 8 Einheiten mit je 45 Minuten, geleitet von zertifizierten Kursleitern. Innerhalb des Kurses werden gezielte Übungen zur Mobilisierung, Stabilisation, Dehnung und Kräftigung des Rumpfes durchgeführt. Im meditativem Ambiente wird die gesamte Atemmuskulatur gestärkt, Bronchial- und Lungenfunktion wird verbessert und somit die Sauerstoffaufnahme vergrößert.

Kurspreise bitte anfragen.



SALZOASE IM TAUBERTAL

Alte Tauberstraße 21 · 97990 Elpersheim
Buchungen unter: 07934 - 993 477

www.salzoasetaubertal.de

SalzOase
im Taubertal