

NEUE PRÄVENTIONS KURSE **ab September 2026**



bei **medisports** Hockenheim
Daniela John



- **Pilates**
- **Yoga**
- **Wirbelsäulengymnastik**
- **Beckenbodengymnastik**
- **Fitnessampel**

Bis zu 80%
der Kurskosten
werden von den
Krankenkassen
erstattet!

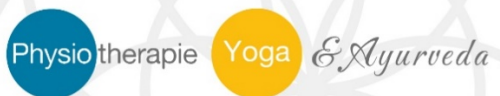
Anmeldung
ab sofort im
medisports
Hockenheim

Bei Fragen rufen Sie uns gerne an:



medisports Hockenheim
Praxis für Physiotherapie,
Prävention & mallia-Gerätezentrum

Telefon 06205-255 82 46 • dajohn@medisports-hockenheim.de
Luisenstrasse 1 • 68766 Hockenheim



KURSPLAN ab September 2026

Montag 17.00 – 17.55 Uhr 17.55 – 18.55 Uhr 19.00 – 20.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik / Rückenfit (AOK) Start: 19.10.2026 Pilates: Mittelstufe Start: 14.09.2026 Pilates: Mittelstufe / Fortgeschrittene Start: 14.09.2026
Dienstag 10.00 – 10.45 Uhr 17.45 – 18.30 Uhr Kursort: Praxis 18.00 – 19.30 Uhr 19.45 – 21.15 Uhr	Fitnessampel für jedermann/-frau Start: 15.09.2026 (8 Wochen) Yoga: Einsteiger (Kursleitung Marianne Kuhl, kein Präventionskurs) Start: 15.09.2026 Yoga: Mittelstufe (Kursleitung Marianne Kuhl, kein Präventionskurs) Start: 15.09.2026

**REHA-
SPORT-**
Termine auf der
Homepage.

Anmeldung
ab sofort im
medisports
Hockenheim

Dauer: 8- 10 Wochen

Das Training wird von den gesetzlichen Krankenkassen mit bis zu 80% der Kurskosten nach §20 und § 20 SGB V bezuschusst. Fragen Sie hierzu bitte Ihre Krankenkasse.

KURSPLAN

Mittwoch 17.35 – 18.35 Uhr	Pilates: (Wieder-) Einsteiger Start: 09.09.2026
18.40 – 19.40 Uhr	Pilates: Mittelstufe / Fortgeschrittene Start: 09.09.2026
Donnerstag 17.30 – 18.45 Uhr	Yoga (AOK): Einsteiger Start: 15.10.2026
19.30 – 21.00 Uhr	Yoga: Mittelstufe (Kursleitung Marianne Kuhl, kein Präventionskurs) Start: 15.10.2026
Freitag 10.00 – 10.45 Uhr Kursort: Praxis	Fitnessampel Start: 16.10.2026

**REHA-
SPORT-**
Termine auf der
Homepage.

Anmeldung
ab sofort im
medisports
Hockenheim

Dauer: 8- 10 Wochen

Das Training wird von den gesetzlichen Krankenkassen mit bis zu 80% der Kurskosten nach §20 und § 20 SGB V bezuschusst. Fragen Sie hierzu bitte Ihre Krankenkasse.