

# PRÄVENTIONSKURSE



## Just Fit 18 Premium

ENTFÄLLT:

Staffel	Kursart	Tag	Uhrzeit	von	bis	
1	Rücken	Freitag	16:00	11.01.2019	01.03.2019	
2	Rücken	Freitag	16:00	08.03.2019	26.04.2019	
3	Rücken	Freitag	16:00	03.05.2019	28.06.2019	

## AOK Gesundheitskurse

Die AOK bietet ein umfassendes und abwechslungsreiches Kursangebot, um Sie bei einer gesunden Lebensweise zu unterstützen. Entdecken Sie die AOK-Kurse zu Bewegung, Sport, Ernährung, Stressbewältigung, Entspannung oder Rückenfitness.

Staffel	Kursart	Tag	Uhrzeit	von	bis	ENTFÄLLT:
1	Kraftausdauer	Dienstag	21:00	05.02.2019	13.03.2019	
	Kraftausdauer	Donnerstag	21:00	07.03.2019	11.04.2019	
2	Kraftausdauer	Dienstag	21:00	07.05.2019	11.06.2019	
	Kraftausdauer	Donnerstag	21:00	02.05.2019	13.06.2019	30.05.2019