

Anmeldung ab
1. Juli 2026

Kursdauer:
8 Einheiten

Präventionskurse August bis September 2026

Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Wochentag	Uhrzeit	Start	Ende	Preis	Status
Bewegung							
1	Aquajogfit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	10:30-11:15	03.08.2026	21.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
2	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	11:15-12:00	03.08.2026	21.09.2026	120 €	wenige Plätze frei
3	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	13:00-13:45	03.08.2026	21.09.2026	120 €	freie Plätze
4	Aquajogfit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	16:30-17:15	03.08.2026	21.09.2026	120 €	wenige Plätze frei
5	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	17:15-18:00	03.08.2026	21.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
6	Aquajogfit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	18:00-18:45	03.08.2026	21.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
7	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Montag	18:45-19:30	03.08.2026	21.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
8	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Dienstag	13:45-14:30	04.08.2026	22.09.2026	120 €	freie Plätze
9	Aquajogfit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Dienstag	19:00-19:45	04.08.2026	22.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
10	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Mittwoch	11:00-11:45	05.08.2026	23.09.2026	120 €	wenige Plätze frei
11	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Mittwoch	17:30-18:15	05.08.2026	23.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
12	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Mittwoch	18:15-19:00	05.08.2026	23.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
13	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Mittwoch	19:00-19:45	05.08.2026	23.09.2026	120 €	Kurs ist belegt
14	Pilates	Mittwoch	18:00-19:00	12.08.2026	30.09.2026	120 €	freie Plätze
Rauchentwöhnung							
15	Das Rauchfrei-Programm (1)	Mo & Mi	17:00-18:30	03.08.2026	31.08.2026	199 €	freie Plätze

(1) Kurs läuft über 7 Einheiten

+++ Vorkasse für alle Teilnehmer nötig +++ Kursabsagen bei zu geringen Anmeldezahlen möglich +++

Anmeldezeiten: Mo - Fr 7:30 - 15:00 Uhr * Telefon (02 09) 380 33 130 * Internet: www.medicos-AufSchalke.de

Stand: 14.07.2026 10:57