

Anmeldung ab  
1. April 2026

Kursdauer:  
8 Einheiten

## Präventionskurse Mai bis Juli 2026

Kurs-Nr.	Kursbezeichnung	Wochentag	Uhrzeit	Start	Ende	Preis	Status
<b>Bewegung</b>							
1	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	10:30-11:15	01.06.2026	20.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
2	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	11:15-12:00	01.06.2026	20.07.2026	120 €	freie Plätze
3	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	13:00-13:45	01.06.2026	20.07.2026	120 €	freie Plätze
4	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	16:30-17:15	01.06.2026	20.07.2026	120 €	freie Plätze
5	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Montag	17:15-18:00	01.06.2026	20.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
6	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Montag	18:00-18:45	01.06.2026	20.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
7	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Montag	18:45-19:30	01.06.2026	20.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
8	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Dienstag	13.45.-14.30	26.05.2026	14.07.2026	120 €	freie Plätze
9	Aquajofit - das Ausdauertraining im Flach- und Tiefwasser	Dienstag	19.00-19.45	26.05.2026	14.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
10	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Mittwoch	11.00-11.45	27.05.2026	15.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
11	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Mittwoch	17.30-18.15	27.05.2026	15.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
12	Aquafitness - das kräftigende Ganzkörpertraining	Mittwoch	18.15-19.00	27.05.2026	15.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
13	Aquajogging - das Ausdauertraining im Wasser	Mittwoch	19.00-19.45	27.05.2026	15.07.2026	120 €	Kurs ist belegt
14	Pilates	Mittwoch	18.00-19.00	27.05.2026	15.07.2026	120 €	freie Plätze
<b>Entspannung</b>							
15	Hatha Yoga	Montag	18.30-19.30	01.06.2026	20.07.2026	120 €	freie Plätze
16	Hatha Yoga	Dienstag	18.30-19.30	26.05.2026	14.07.2026	120 €	freie Plätze
<b>Rauchentwöhnung</b>							
17	Das Rauchfrei-Programm (1)	Mo & Mi	17.00-18.30	01.06.2026	29.06.2026	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](http://www.medicos-AufSchalke.de)

Stand: 20.04.2026 09:51