



Neue Präventions- kurse

Wann

Frühjahr 2026

Wo

In unserer Praxis

Ruhrstr. 181 | Bochum

und online

Unsere **Präventionskurse** nach § 20 **SGB V** werden bei regelmäßiger Teilnahme von allen gesetzlichen Krankenkassen **bis zu 100%** **gefördert** und finden in kleinen Gruppen statt.

Sie können sich **persönlich**, **telefonisch**, **online** oder per **Mail** anmelden.

aktivleben

Praxis für Sporttherapie,
Gesundheitstraining & Ernährung
Sven Adomat | Diplomsportlehrer,
Sporttherapeut & Wirtschaftspsychologe

montag

10:00 Uhr | Techniker RückenBasic |
9x60 | ab 13.04.26 | 149€

19:00 Uhr | Techniker RückenBasic |
online 9x60 | ab 13.04.26 | 149€

20:00 Uhr | Techniker RückenBasic |
9x60 | ab 13.04.26 | 149€

dienstag

18:15 Uhr | YOGA | 8x45 | ab 14.04.26 |
149€ (ohne Krankenkassenförderung)

19:15 Uhr | YOGA | 8x45 | ab 14.04.26 |
149€ (ohne Krankenkassenförderung)

20:15 Uhr | Sling Training | 8x45 |
ab 14.04.26 | 149€

mittwoch

19:00 Uhr | Techniker RückenBasic |
9x60 | ab 15.04.26 | 149€

donnerstag

10:00 Uhr | Techniker Rücken Basic |
9x60 | ab 16.04.26 | 149€

18:00 Uhr | Techniker RückenBasic |
9x60 | ab 30.04.26 | 149€

19:00 Uhr | Techniker RückenBasic |
9x60 | ab 30.04.26 | 149€

Kontakt

02327-2240900

info@aktivleben.de

www.aktivleben.de