



Kursprogramm Frühjahr/Sommer 2026

Montag, ab 13.04.2026:

09:00 - 09:30 Uhr	5 x Babyschwimmen Anfänger ab dem 3. Monat (Franziska Klein)	€ 84,--
10:30 - 11:30 Uhr	8 x Babys in Bewegung (Franziska Klein)	€ 96,--
17:00 - 17:45 Uhr	5 x sanfte Aquafitness für Schwangere und Frauen (Barbara Hahn)	€ 60,--
17:45 - 18:30 Uhr	10 x Aquafit (Barbara Hahn)	€ 120,--
18:00 - 19:00 Uhr	10 x Dance Yoga (Anna Stöcklein)	€ 120,--
18:30 - 19:15 Uhr	10 x Aquafit mit mehr Power (Barbara Hahn)	€ 120,--

Dienstag, ab 14.04.2026:

13:00 - 13:45 Uhr	10 x Aquafit (Barbara Hahn)	€ 120,--
13:45 - 14:00 Uhr	10 x Aquafit (Barbara Hahn)	€ 120,--
17:00 - 18:00 Uhr	10 x Faszienkurs* (Claudia Beuerle)	€ 150,--*
18:30 - 19:25 Uhr	10 x Body-Workout Coretraining* (Claudia Beuerle)	€ 150,--*

Mittwoch, ab 15.04.2026

16:30 - 18:00 Uhr	12 x 90 Min. Hatha Yoga - Yogasana (Sita Reiß)	€ 210,--
18:30 - 19:15 Uhr	10 x Aquafit (Dominik Albrecht)	€ 150,--*
19:15 - 20:00 Uhr	10 x Aquafit mit mehr Power (Dominik Albrecht)	€ 150,--*

Donnerstag, ab 16.04.2026

12:00 - 12:30 Uhr	5 x Babyschwimmen ab dem 6. Monat (Franziska Klein)	€ 84,--
16:30 - 17:30 Uhr	10 x Outdoorkurs (Sebastian Schulze)	€ 99,--

Freitag, ab 17.04.2025

9:00 - 10:00 Uhr	4 x Babymassage (Tina Noll) -> Praxis Ulanenpark	€ 74,--
12:00 - 13:00 Uhr	10 x „Raus aus dem Kopf - Rein in den Körper“ (Alexandra Karl)	€ 120,--

Samstag, ab 18.04.2026:

9:15 - 10:15 Uhr	10 x Zumba - mit Schwung ins Wochenende (Nizzi)	€ 120,--
------------------	---	----------

Kurs mit Stern*: es handelt sich um einen **Präventionskurs**, der von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden kann.

Evtl. anfallende Parkgebühren müssen selbst getragen werden.

Anmeldung online erforderlich!!

www.saludis.de
www.t1p.de/fhk5

saludis - Zentrum für rehabilitative Medizin

Buger Straße 82, 96049 Bamberg
Tel. 0951 50353820 - kurs@saludis.de