

saludis Kursprogramm **Frühjahr / Sommer 2026** für Mamis, Babys und Kids

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,--
18:00 – 19:00 Uhr	10 x Dance Yoga (Anna Stöcklein)	€ 120,--

Dienstag, ab 14.04.2026:

13:00 – 13:45 Uhr	10 x Aquafit (Barbara Hahn)	€ 120,--
13:45 – 14:30 Uhr	10 x Aquafit (Barbara Hahn)	€ 120,--
16:00 – 16:55 Uhr	ab Mai, 8 x Faszienkurs* (Claudia Beuerle)	€ 120,--*
17:00 – 17:55 Uhr	10 x Rückenfit* (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,--
-------------------	---	----------

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

09:00 – 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 503-53820

E-mail: kurs@saludis.de **www.saludis.de**