



**time4.health**

## Live Online Kurse ab Mai/Juni 2022

**time 4  
Health**

***motio***  
*Arbeit einfach besser machen*

Bei Fragen erreichen Sie uns unter:  
09404 6434128 oder [service@time4.health](mailto:service@time4.health)

# Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

## Kurse ab Mai/Juni 2022

Kurs	Start	Uhrzeit	Eigenbeteiligung*
<b>Rücken Fit</b> 8 x 45 Min.	Mo., 30.05.22 Di., 31.05.22	16:00 Uhr 16:00 Uhr	ca. 22,25 €
<b>Rücken Fit</b> 8 x 60 Min.	Mo., 30.05.22 Mi., 01.06.22 Do., 02.06.22	8:00 Uhr 18:15 Uhr 17:00 Uhr	ca. 24,75 €
<b>Pilates Pause</b> 8 x 45 Min.	Mo., 30.05.22 Mo., 30.05.22	11:30 Uhr 12:30 Uhr	ca. 24,75 €
<b>Pilates</b> 8 x 60 Min.	Di., 31.05.22 Do., 02.06.22	17:00 Uhr 18:00 Uhr	ca. 39,00 €
<b>Yoga Pause (Hatha Yoga)</b> 8 x 45 Min.	Mi., 01.06.22 Mi., 01.06.22 Do., 02.06.22 Do., 02.06.22 Do., 02.06.22	11:00 Uhr 12:00 Uhr 12:15 Uhr 13:15 Uhr 16:00 Uhr	ca. 24,75 €
<b>Hatha Yoga</b> 8 x 60 Min.	Mo., 30.05.22 Do., 02.06.22	17:00 Uhr 17:00 Uhr	ca. 39,00 €
<b>Motion Up (Beweglichkeit und Kraft)</b> 8 x 60 Min.	Mo., 30.05.22 Mi., 01.06.22	17:00 Uhr 17:00 Uhr	ca. 24,75 €
<b>Natürlich Fit (Funktionales Training)</b> 8 x 45 Min.	Mi., 01.06.22	16:00 Uhr	ca. 22,25 €
<b>Natürlich Fit (Funktionales Training)</b> 8 x 60 Min.	Di., 31.05.22	18:00 Uhr	ca. 22,25 €

\* Der Gesamtpreis eines Kurses liegt zwischen 89 - 119 €. Die Kurse werden bei aktiver Teilnahme finanziell gefördert. Die Höhe des Förderungsbetrag ist von Ihrer gesetzlichen Krankenkasse (in der Regel 80%) abhängig. Für die Abrechnung der Förderung erhalten Sie von uns eine Teilnahmebestätigung mit allen dazu wichtigen Infos.

Anmeldung online unter [time4.health](https://time4.health)