

Suhei Bewegungszentrum *** Kursplan *** Stand Mai 2009

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	8.30 – 9.30 h Yoga für Schwangere Susanne		8.30 – 9.30 h Pilates für Schwangere Susanne	Sport- und Bewegungstherapie Therapie & Prävention <i>Susanne Heinle</i> Hausbesuche Personal Training Massagen Chakrabalance Edelsteinbehandlung Reiki & Mejatsu Klangschale Heilmeditation Seminare Fortbildungen Ausbildungen Workshops Kurse
	9.40 – 10.40 h Pilates Rücken Susanne/ Laura		9.40 – 10.40 h Pilates Balance Susanne/ Laura	
17.20 – 18.20 h Pilates Basiskurs Susanne/ Laura				
18.30 – 19.30 h Pilates Balance Susanne/ Laura	18.30 – 19.30 h Pilates Rücken Susanne/ Laura	18.00 – 19.00 h Chi Yoga Balance Susanne	18.30 – 19.30 h Pilates Balance Doris	
19.40 – 20.40 h Chi Yoga Flow Susanne	19.40 – 21.30 h Reiki & Heilmeditation Susanne/ Ingrid	19.40 – 20.40 h Pilates Basiskurs Susanne/ Doris	19.40 – 20.40 h Chi Yoga Meditation Susanne	
			20.45 – 22.30 h Reiki & Heilmeditation Susanne/ Ingrid	

Preise & Gebühren

Kursblock 10x á 99,00 € (Anfängerkurse), Kurse auf Anfrage
 Kursblock 15x á 149,00 € (Basiskurse), Kurse auf Anfrage
 Kursblock 20x á 199,00 € (Yoga, Pilates, Sporttherapeutisches Laufen, Rückenschule)
 Kursblock 15x á 129,00 € (Kinderkurse in Yoga, Entspannungstraining, Rhythmischer Erziehung und integratives Bewegen für Kinder)

Monatlicher Kursbeitrag für ganzjährige Kurse 39,00 € je Kurs
 Personal Training, Dauer je Sitzung 60 Minuten á 65,00 €
 Massagen, Heilmeditation und Einzelsitzungen für Therapie & Prävention, Preise auf Anfrage, individuell je nach Angebot und Dauer der Behandlung.

Aus- und Weiterbildungen in Pilates, Yoga, Balanc-E-Motion, EnergyFlow, Meditation u.a. (Termine und Preise auf Anfrage).