



**Elbe Aktiv Physiotherapie – Elbe Klinikum Buxtehude
im neuen Ärzte- und Therapiezentrum**

Am Krankenhaus 1 a

21614 Buxtehude

Tel.: 04161 / 703 - 4705

Fax: 04161 / 703 - 4745

Kursname	Umfang	Preis	Kurszeit	Beginn
Rückenfit	8 mal 60 Min.	68 Euro		
Aqua Power	8 mal 45 Min.	68 Euro		
Aqua Gymnastik	8 mal 45 Min.	68 Euro		
Funktionelles Beckenbodentraining	8 mal 60 Min	68 Euro	donnerstags 10 Uhr	4.2.2010
Nordic Walking	8 mal 75 Min	68 Euro	mittwochs 18:00 bis 19:15	7.4.2010
Endo Walking	8 mal 60 Min	68 Euro		
Spaß am Laufen für Einsteiger	8 mal 90 Min			
Weight in Form	9 mal 120 Min Ernährung 9 mal 60 Min Sport			
Fit in Form Ausgleichsgymnastik	8 mal 60 Min	68 Euro		
Pilates	8 mal 60 Min.	68 Euro	montags 18:00 bis 19:00 Uhr	1.3.2010
Tai Chi	8 mal 90 Min		Mittwoch 17:00 bis 18:30	7.4.2010
Jakobsen	10 mal 90 Min	115 Euro	donnerstags 19:00 bis 20.30 Uhr	1.4.2010
Autogenes Training	8 mal 90 Min	100 Euro	mittwochs 19:00 bis 20:30 Uhr	31.3.2010
Yoga für Anfänger	10 mal 90 Min	110 Euro	freitags 17.:00 bis 18:30 Uhr	12.2.2010
Onko Walking			montags 10:30 bis 11.:30	Einstieg jederzeit möglich