

Teilnahmebeiträge

Wirbelsäulengymnastik	85,- €
Hatha-Yoga	90,- €
Nordic Walking	80,- €

Die Kurse entsprechen den Anforderungen des GKV Leitfadens „Prävention“ zur Umsetzung des § 20 SGB V und sind im Auftrag der gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert

Kostenerstattung durch die Krankenkassen:

Die Teilnehmenden überweisen nach Anmeldung und nach Erhalt der schriftlichen Benachrichtigung ihren Teilnahmebeitrag spätestens bis zur zweiten Kursstunde an den DRK-Landesverband Saarland.

Nach Abschluss des Kurses erhalten die Teilnehmenden eine Teilnahmebescheinigung, mit der sie bei ihrer Krankenkasse einen Kostenzuschuss bzw. eine Kostenerstattung beantragen können.

Wir empfehlen, sich vor der Anmeldung über die jeweiligen Erstattungsregelungen bei den zuständigen Krankenkassen zu informieren.

Bildungswerk

DRK-Landesverband
Saarland e.V.



DRK-Landesverband
Saarland e.V.







Informationen und Anmeldung

DRK-Landesverband Saarland e.V.
Wilhelm-Heinrich-Straße 7-9
66117 Saarbrücken

Ihre Ansprechpartnerin

Ursula Pelz-Menzenbach

Tel.: 0681/5004-259 (vormittags)
gesundheitskurse@drk.saarland

-  www.drk.saarland
-  www.facebook.com/drk.saarland
-  www.instagram.com/drk.saarland
-  gesundheitskurse@drk.saarland



Unsere Gesundheitskurse

2. Halbjahr 2023

www.drk.saarland

www.drk.saarland

Quierschied

Veranstaltungsort:

Pfarrheim der Katholischen Kirchengemeinde St. Josef
Friedhofstraße 16
66287 Quierschied

Hatha-Yoga

Montag, 09.10.2023, 10.00 - 11.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Beatrix Wagner, Yoga-Lehrerin SKA

Hatha-Yoga

Montag, 09.10.2023, 17.00 - 18.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Beatrix Wagner, Yoga-Lehrerin SKA

Saarbrücken-Dudweiler

Treffpunkt:

Waldparkplatz
Ecke Richard-Wagner-Straße / Liesbet-Dill-Straße
66125 Saarbrücken

Nordic Walking

Donnerstag, 03.08.2023, 17.00 - 18.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin

Nordic Walking

Donnerstag, 05.10.2023, 16.00 - 17.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin

Saarwellingen

Veranstaltungsort:

DRK-Haus OV Saarwellingen
Anhofenstr. 44
66793 Saarwellingen

Wirbelsäulengymnastik

Donnerstag, 03.08.2023, 18.30 - 19.45 Uhr / 8 Termine
Donnerstag, 03.08.2023, 20.00 – 21.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Uwe Staudt, Physiotherapeut

Wirbelsäulengymnastik

Donnerstag, 12.10.2023, 18.30 – 19.45 Uhr / 8 Termine
Donnerstag, 12.10.2023, 20.00 – 21.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Uwe Staudt, Physiotherapeut

St. Ingbert

Treffpunkt:

Parkplatz am Wald
Hanspeter-Hellenthal-Straße
66386 St. Ingbert

Nordic Walking

Freitag, 04.08.2023, 17.00 - 18.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin

Nordic Walking

Freitag, 13.10.2023, 16.00 – 17.15 Uhr / 8 Termine
Kursleitung: Susanne Anlauf, Dipl.-Sportlehrerin

Unsere Kurse

Die Gesundheitskurse unterstützen die Teilnehmenden darin, sich für Beruf und Alltag körperlich und geistig fit zu halten. Die Kurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten bieten die Möglichkeit, sich fachliches Wissen und entsprechende Fähigkeiten anzueignen. So können die Teilnehmenden aktiv zur Verbesserung ihrer Lebensqualität beitragen.

Höchsteilnehmerzahl pro Kurs:

15 Teilnehmende

Umfang eines Kurses:

In der Regel 8 Termine à 75 Minuten

Hinweise

Seit dem 1.1.2023 gelten für unsere Gesundheitskurse neue Teilnahmebeiträge.

Die Höhe des Erstattungsbetrages der Krankenkassen ändert sich entsprechend deren individuellen Regelungen.

Sollte ein Kurstermin ausfallen, wird ein Ersatztermin angeboten. Eine anteilige Auszahlung des Teilnahmebeitrages ist nicht möglich

Weitere Kursangebote sind immer aktuell auf unserer Homepage:
www.drk.saarland zu finden.