

Gesundheitszentrum

SANITAS

Therapie, Prävention & Wellness

# Kursangebote



1/2019

# Anmeldung und wichtige Informationen

## Anmeldung & Bezahlung

Wir nehmen Ihre Anmeldung gerne per E-Mail, telefonisch, per Fax oder als Brief entgegen, Ihre Anmeldung ist bindend. Die Kursanmeldung erfolgt ausschließlich zu dem von Ihnen ausgewählten Kurs.



Die Termine sowie weitere Details entnehmen Sie bitte Ihrer Anmeldebestätigung. Die Zahlung der Kursgebühr erfolgt 4 Wochen vor Kursbeginn per Rechnung.

## Rücktritt

Ein Rücktritt von Ihrem gebuchten Kurs ist kostenlos bis zu vier Wochen vor Kursbeginn möglich. Bei einem späteren Rücktritt ist die Kursgebühr vollständig zu entrichten, es sei denn, der Kursplatz kann durch Sie oder uns an eine andere Person vermittelt werden.

## Kündigung/ Nichtteilnahme

Das Übertragen Ihres Kursplatzes nach Kursbeginn auf einen anderen Kurs oder eine andere Person ist nicht möglich, nicht wahrgenommene Termine verfallen. Sollten Sie dauerhaft erkranken und mehr als 50 % der Termine nicht wahrnehmen können, erstatten wir die nicht wahrgenommenen Termine zurück, sofern uns ein ärztliches Attest vorliegt, aus dem hervorgeht, dass Sie nicht weiter teilnehmen dürfen.

## Teilnahmebescheinigung

Nach Abschluss des Kurses erstellen wir Ihnen auf Wunsch gerne eine Teilnahmebescheinigung.

**Anmeldungen sind auch online möglich.  
Besuchen Sie unsere Website!**

## Präventives Rückentraining mit Geräteinsatz

**Kosten:** 120,00 €

**Einheiten:** 8 Wochen

**Teilnehmer:** max. 8

**Krankenkassenförderung:** zu mind. 80%

**Besonderheiten:** 30 Min. Eingangsanalyse, 19,00 €

### Kursnummer: PRÄ1

Montag 19.00 – 20.00 Uhr

Dienstag 09.00 – 10.00 Uhr

Donnerstag 10.00 – 11.00 Uhr

Donnerstag 16.00 – 17.00 Uhr



## Qigong

**Kosten:** 112,00 €

**Einheiten:** 10 Wochen

**Teilnehmer:** max. 12

**Krankenkassenförderung:** zu mind. 80%

### Kursnummer: QIGONG 1/19

Freitag, 11.01.2019 – Freitag, 22.03.2019

**Uhrzeit:** 08.30 Uhr – 10.00 Uhr

## Aquafitness für Schwangere

**Kosten:** 112,00 €

**Einheiten:** 8 Wochen

**Teilnehmer:** max. 8

**Krankenkassenförderung:** zu mind. 80%

**Besonderheiten:** über die AOK Nds.kostenfrei

**Kursnummer: AQUASS1/19**

Donnerstag, 10.01.2019 – Donnerstag, 14.03.2019

**Uhrzeit:** 16.10 Uhr – 16.55 Uhr

**Kursnummer: AQUASS2/19**

Donnerstag, 21.03.2019 - 23.05.2019

**Uhrzeit:** 16.10 Uhr – 16.55 Uhr



Fortlaufende  
Kurse  
freie Kursplätze  
auf Anfrage

## Aquafitness/Aquapower und Aquafitness für Übergewichtige

### Infos zu den Aqua-Kursen:

Diese Kurse sind besonders geeignet, wenn Sie sich im Wasser sportlich betätigen wollen. Lernen Sie eine Vielzahl an Übungsmöglichkeiten mit unterschiedlichen Intensitäten. Der Einsatz von speziellen Trainingsgeräten unterstützt Sie im Verbessern Ihrer persönlichen Fitness. Motivierende Musik und eine individuelle Ansprache während der Übungen fördern Spaß und Erlebnis in diesen Kursen.

### Ziele:

- Steigerung der Ausdauerfähigkeit, der Beweglichkeit und der sportlichen Motivation
- Verbesserung der Koordination
- Kräftigung der Muskulatur
- Verbesserung des Körperbewusstseins

## AOK Aktiv & Entspannt

**Kosten:** keine

**Einheiten:** 8 Wochen

**Teilnehmer:** max. 8

**Krankenkassenförderung:** über die AOK

**Kursnummer: AOK 1/19**

Dienstag, 15.01.2019 - 05.03.2019

**Uhrzeit:** 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 2/19**

Mittwoch, 16.01.2019 – Mittwoch, 06.03.2019

**Uhrzeit:** 12.00 Uhr – 13.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 3/19**

Donnerstag, 17.01.2019 – Donnerstag, 07.03.2019

**Uhrzeit:** 15.00 - 16.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 4/19**

Freitag, 18.01.2019 – Freitag, 08.03.2019

**Uhrzeit:** 16.00 Uhr – 17.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 5/19**

Dienstag, 12.03.2019 – Dienstag, 30.04.2019

**Uhrzeit:** 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 6/19**

Mittwoch, 13.03.2019 – Mittwoch, 08.05.2019

**Uhrzeit:** 12.00 Uhr – 13.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 7/19**

Donnerstag, 14.03.2019 – Donnerstag, 02.05.2019

**Uhrzeit:** 15.00 Uhr – 16.00 Uhr

**Kursnummer: AOK 8/19**

Freitag, 15.03.2019 – Freitag, 10.05.2019

**Uhrzeit:** 16.00 Uhr – 17.00 Uhr





## HKK – aktives Fitnesstraining



**Kosten:** 15 € Eigenanteil

**Einheiten:** 10 Wochen

**Teilnehmer:** max. 8

**Krankenkassenförderung:** über die HKK

**Besonderheiten:** Anmeldung direkt über die HKK

### **Kursnummer: HKK 1/19**

Montag, 14.01.2019 – Montag, 18.03.2019

**Uhrzeit:** 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

### **Kursnummer: HKK 2/19**

Mittwoch, 16.01.2019 – Mittwoch, 20.03.2019

**Uhrzeit:** 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

### **Kursnummer: HKK 3/19**

Donnerstag, 17.01.2019 – Donnerstag, 21.03.2019

**Uhrzeit:** 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

### **Kursnummer: HKK 4/19**

Freitag, 18.01.2019 – Freitag, 22.03.2019

**Uhrzeit:** 12.00 Uhr – 13.00 Uhr

### **Kursnummer: HKK 5/19**

Freitag, 18.01.2019 – Freitag, 22.03.2019

**Uhrzeit:** 15.00 Uhr – 16.00 Uhr

**Anmeldungen sind auch online möglich.  
Besuchen Sie unsere Website!**

Auf der Sanitas Website können Sie unter dem Menüpunkt „**Aktuell freie Kursplätze**“ den verlinkten Textteil „**online anmelden**“ auswählen.

Sie gelangen dadurch zu unserem Kontaktformular, wo Sie sich unter der **Angabe der Kursnummer** und **der Kursbezeichnung** z. B. „HKK 2/19 Aktives Fitnesstraining“ direkt zu einem Kurs anmelden können. Bitte geben Sie zusätzlich Ihren Namen, ihre E-Mail und/oder ihre Telefonnummer ein.

Wir prüfen Ihre Anmeldung schnellstmöglich und bestätigen Ihnen ihre Anmeldung oder melden uns, falls der Kurs ausgebucht sein sollte.

## **Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung.**

### Was können wir für Sie tun?

Ihre Fragen und Wünsche.

Sanitas Wildeshausen GmbH  
Mühlendamm 3 | 27793 Wildeshausen

Tel.: 04431-92640  
Fax: 04431-92642

info@sanitas-wildeshausen.de

Mich interessiert besonders ...

- Osteopathie / Manuelle Therapie
- Ergotherapie
- Gesundheitsförderungskurse
- Wellness / Gutscheine
- Funktionstraining / REHA-Sport
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Gerätetraining

#### Öffnungszeiten

Mo. bis Do. 7:30 - 21:30 Uhr  
Fr. 7:30 - 20:00 Uhr  
Sa. und So. geschlossen

**Telefonische Erreichbarkeit:**  
Mo. bis Fr. 7:15 - 20:00 Uhr

Sonstiges

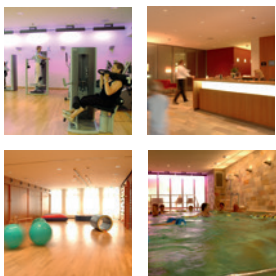
Name, Vorname

E-Mail

Telefonnummer

Ihre Nachricht

[www.sanitas-wildeshausen.de](http://www.sanitas-wildeshausen.de)



aus Richtung  
A1, Ausfahrt 61  
(Wildeshausen  
West)

aus Richtung  
A1, Ausfahrt 60  
(Wildeshausen  
Nord)



Parkmöglich-  
keiten sind  
ausreichend  
vorhanden.



Unsere Räume  
sind rollstuhl-  
gerecht ausge-  
stattet.



Über 50 Park-  
plätze direkt  
vorn Haus

*Gesundheitszentrum*  
**SANITAS**

*Therapie, Prävention & Wellness*

Mühlendamm 3  
27793 Wildeshausen  
Tel. 0 44 31-92 64-0  
Fax 0 44 31-92 64-2

info@sanitas-wildeshausen.de  
[www.sanitas-wildeshausen.de](http://www.sanitas-wildeshausen.de)