

## PROGRESSIVE MUSKELRELAXATION

(Kursleiterin: Andrea Köhn, Ort: Rehasentrum Teltow)

**Mittwoch, 20.2.2019**, 17.30 Uhr  
8 x 90 min (129 €)

## AUTOGENES TRAINING

**Mittwoch, 20.2.2019**, 19.15 Uhr  
8 x 90 min (129 €)

## QI GONG

(Kursleiterin: Ulrike Weber, Ort: Rehasentrum Teltow)

**Mittwoch, 9.1.2019**, 16.00 Uhr  
10 x 60 min (115 €)

**Mittwoch, 8.5.2019**, 16.00 Uhr  
10 x 60 min (115 €)

### Nicht zertifizierte Kurse:

#### • Yoga mit der Black Roll (Faszientraining)

**Donnerstag, 10.1.2019**, 15.30 Uhr  
10 x 60 min (115 €), Kursleiterin: Patrizia Köysürenbars  
Ort: Therapiezentrum Office 48

#### • Yin Yoga

**Montag, 14.1.2019**, 19.30 Uhr  
8 x 75 min (115 €), Kursleiterin: Elena Hohstadt  
Ort: Therapiezentrum Office 48

#### • Yogilates (Yoga meets Pilates)

**Donnerstag, 7.3.2019**, 15.30 Uhr  
10 x 60 min (115 €), Kursleiterin: Patrizia Köysürenbars  
Ort: Therapiezentrum Office 48

## ADRESSEN UNSERER ÜBUNGSTÄTTEN:

**Rehasentrum Teltow**  
Oderstraße 69  
14513 Teltow

**Therapiezentrum Office 48**  
Potsdamer Straße 48  
14513 Teltow

**Stadt Teltow, Stubenrauchsaal**  
Markt 1-3  
14513 Teltow

**Therapiezentrum Kleinmachnow**  
Förster-Funke-Allee 104  
14532 Kleinmachnow

**Therapiezentrum Mahlow**  
Trebbiner Straße 23  
15831 Mahlow

### ANMELDUNG UNTER:

praevention@rehasentrum-teltow.de  
oder rufen Sie uns an:  
Tel.: (0 33 28) 33 12 10 - 1 42

### SPRECHZEITEN:

Montag: 13.00-15.00 Uhr  
Dienstag: 13.30-15.30 Uhr



# ZERTIFIZIERTE PRÄVENTIONSKURSE

1./2. Quartal 2019

Krankenkassen  
erstatten  
**bis zu 80 %**  
der Kosten