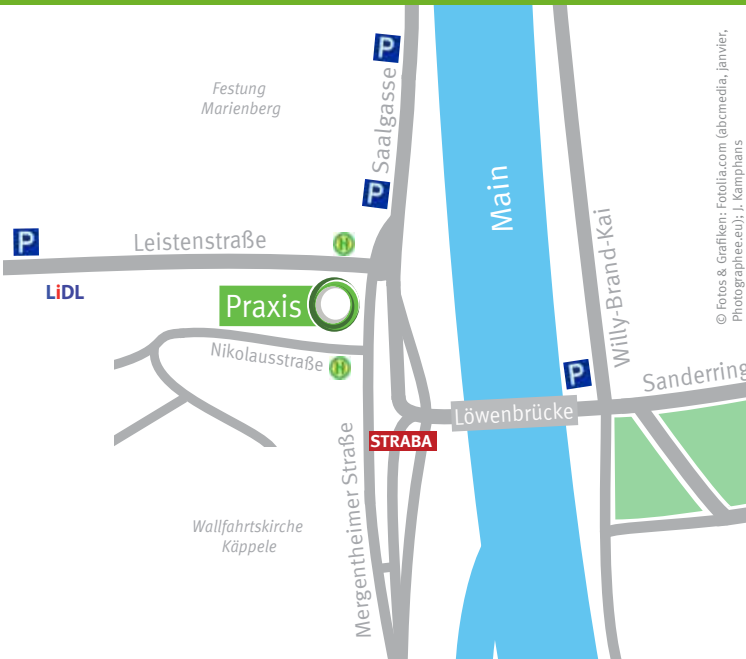


# Kursprogramm

Kurse für Ihre Gesundheit

Herbst/Winter 2018

Kostenlose Parkplätze im Hof und in der Nachbarschaft  
Bus und Straßenbahn vor der Tür



© Fotos & Grafiken: Fotolia.com (abcmedia, janvier, Photographee.eu), I. Kamphans



Wir sind Mitglied



die **Physiotherapeuten** · Kamphans & Kollegen  
Mergentheimer Straße 10 · 97082 Würzburg  
Telefon: 0931 · 99 169 222 · Telefax: 0931 · 99 169 220  
E-Mail: [info@diePhysiotherapeuten.com](mailto:info@diePhysiotherapeuten.com)  
Web: [www.diePhysiotherapeuten.com](http://www.diePhysiotherapeuten.com) · Inhaber: Jakob Kamphans



die **Physiotherapeuten**  
Kamphans & Kollegen



## Rückenfit – das Wirbelsäulentraining \*

Kursleitung: S. Kamphans (ehm. Singer) (Physiotherapeutin, Rückenschullehrerin)

Di. 25. Sept. - 18. Dez. 2018 • 17.30 - ca. 18.30 Uhr

99.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: RF 7/18

Di. 25. Sept. - 18. Dez. 2018 • 18.30 - ca. 19.30 Uhr

99.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: RF 8/18

Do. 27. Sept. - 20. Dez. 2018 • 08.30 - ca. 09.30 Uhr

99.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: RF 9/18

## Präventives Faszientraining \*

Kursleitung: A. Zichler (Physiotherapeut mit div. Fortbildungen)

Sa. 06. Okt. - 22. Dez. 2018 • 09.00 - ca. 10.00 Uhr

99.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: FT 2/18

Mo. 01. Okt. - 17. Dez. 2018 • 20.15 - ca. 21.15 Uhr

119.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: FT 3/18

## Rücken plus mit Gerätetraining \*<sup>2</sup>

Kursleitung: A. Zichler (Physiotherapeut mit div. Fortbildungen, TK-Multiplikator)

5 x ohne Gerät: Sa. 06. Okt. - 17. Nov. 2018 • 10.00 - ca. 11.00 Uhr

4 x mit Gerät: Sa. 24. Nov. - 22. Dez. 2018 • 10.00 - ca. 11.00 Uhr

od. 11.00 Uhr - ca. 12.00 Uhr (TN im Kursteil „mit Gerät“ in zwei Gruppen aufgeteilt)

139.00 € für 9 x ca. 60 Min. • Kurs-Nr.: RP 2/18

<sup>2</sup> Die TK-Versicherung bezuschusst den Kurs zu 100 %, Andere Krankenkassen (GKV) fördern diesen Kurs bis zu 75.00 €.

## Nordic Walking \*

Kursleitung: J. Kamphans (Physiotherapeut, Nordic Walking Basic Instruktor)

Technikkurs/Grundkurs

Di. 18. Sept. - 20. Nov. 2018 • 17.00 - ca. 18.30 Uhr

169.00 € für 8 x 60 - 90 Min. • Kurs-Nr.: NW 5/18

## Neu! Knochenstark - die Osteoporoseprophylaxe \*

Kursleitung: S. Kamphans (ehm. Singer) (Physiotherapeutin, Osteoporose-Trainerin)

Mo. 24. Sept. - 17. Dez. 2018 • 09.30 - ca. 10.30 Uhr

129.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: OPP 3/18

Betriebliche Gesundheitsförderung - Wir bringen Sie in Bewegung...



## Fit auf der Arbeit?

Wir bieten unsere Kurse auch als exklusive Inhouse-Kurse in Ihrem Unternehmen an.

Kurse (mit \*) können auch von den Krankenkassen gefördert werden oder/und sind nach EStG § 3 Nr. 34 bis zu 500.00 € pro Jahr und Mitarbeiter für den Arbeitgeber steuerfrei.

Interesse? Angebot anfordern unter [BGF@diePhysiotherapeuten.com](mailto:BGF@diePhysiotherapeuten.com)

## Anmeldung & Infos

 0931 • 99 169 222

[www.diePhysiotherapeuten.com/kurse](http://www.diePhysiotherapeuten.com/kurse)

## Venen- und Lymphtraining mit Herz<sup>1</sup>

Kursleitung: A. Zichler (Physio-, Ödem- u. Lymphtherapeuten)

Sa. 06. Okt. - 22. Dez. 2018 • 08.00 - ca. 09.00 Uhr

99.00 € für 8 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: VLTH 3/18

<sup>1</sup> Anerkennung durch die Krankenkassen beantragt, Förderung wahrscheinlich möglich

## Die Beckenbodenschule \*

Kursleitung: R. Groß (Physiotherapeutin, Beckenbodenspezialistin)

Di. 23. Okt. - 18. Dez. 2018 • 19.30 - ca. 20.30 Uhr

129.00 € für 8 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: Bebo 3/18

## Progressive Muskelentspannung (PMR) \*

Kursleitung: J. Kamphans (Physiotherapeut, Kursleiter für PMR)

Mi. 26. Sept. - 19. Dez. 2018 • 19.15 - ca. 20.15 Uhr

139.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: PMR 5/18

### Entspannt zur Arbeit!

Do. 27. Sept. - 20. Dez. 2018 • 07.15 - ca. 8.15 Uhr

159.00 € für 10 x 45 - 60 Min. • Kurs-Nr.: PMR 6/18

## Qi Gong \*

Kursleitung: A. Wolz (Erzieherin, Taiji- & Qi-Gong-Kursleiterin)

Mi. 05. Sept. - 28. Nov. 2018 • 20.15 - ca. 21.30 Uhr

150.00 € für 10 x 60 - 90 Min. • Kurs-Nr.: QG 5/18

Ggf. auch früherer oder späterer Einstieg bei Qi Gong Kursen möglich.

Weitere Infos und Anmeldung:

Tel: 0931/78 43 91 5 • E-Mail: [a\\_a\\_wolz@gmx.de](mailto:a_a_wolz@gmx.de)

## Trockengymnastik der Bechterew-Gruppe

Kursleitung: R. Groß & J. Kamphans (Physiotherapeuten, Funktionstrainer)

mittwochs • 18.00 Uhr • ca. 45 Min.

Gruppen finden fortlaufend statt. Einstieg nach Anmeldung jederzeit möglich.

Veranstaltungsort: DJK-Halle, Wredestrasse 23, Würzburg

Weitere Infos und Anmeldung:

# DVMB

Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V.

Tel.: 09367/2383 • [dvmb-wuerzburg.de](http://dvmb-wuerzburg.de)

## Trockengymnastik der Rheuma-Liga

Kursleitung: E. Buhleier & V. Papke (Physiotherapeuten, Funktionstrainer)

Gruppe 1 + 2: donnerstags • 10.00 Uhr oder 10.45 Uhr

Gruppen finden fortlaufend statt. Einstieg nach Anmeldung jederzeit möglich.

Weitere Infos und Anmeldung:

Deutsche RHEUMA-LIGA

Landesverband Bayern e.V.

Tel.: 0931/32 98 74 61 • [rheuma-liga.selbsthilfe-wue.de](http://rheuma-liga.selbsthilfe-wue.de)



Kurse von den Krankenkassen (GKV) anerkannt  
Förderung von ca. 75.00 € der Kursgebühr möglich

