

Kursprogramm

Kurse für Ihre Gesundheit

2021



Ozon-Luftreiniger in allen Räumen*

* Der Ozonos® Luftreiniger (TÜV geprüft) reinigt Luft und Oberflächen nachweislich auch von Corona-Viren.



Die Beckenbodenschule *

Kursleitung: Frau R. Groß (Physiotherapeutin, Beckenbodenspezialistin)

Kursgebühr (für 10 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 135.00 € ab 6 TN: 145,00 € ab 4 TN: 165.00 €

Kurs-Nr.: Bebo 1/21

Di. 26. Jan. - 20. April 2021 • 18.30 - ca. 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: Bebo 2/21

Di. 27. April - 20. Juli 2021 • 18.30 - ca. 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: Bebo 3/21

Di. 28. Sept. - 14. Dez. 2021 • 18.30 - ca. 19.30 Uhr

Hatha-Yoga

Kursleitung: Frau A. Weimann (Krankenpflegerin, Yoga-Lehrerin)

Kursgebühr (für 10 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 129.00 € ab 6 TN: 139.00 € ab 4 TN: 149.00 €

Kurs-Nr.: HY 1/21

Fr. 15. Jan. - 09. April 2021 • 19.30 - ca. 20.30 Uhr

Kurs-Nr.: HY 2/21

Fr. 01. Okt. - 17. Dez. 2021 • 19.30 - ca. 20.30 Uhr

Trockengymnastik der Bechterew-Gruppe

Kursleitung: Frau R. Groß, Frau N. Walser & Herr J. Kamphans
(Physiotherapeuten, Funktionstrainer)

Voraussetzung: Verordnung über Funktionstraining

montags • 19.15 Uhr • ca. 45 Min.

mittwochs • 18.15 Uhr • ca. 45 Min.

Gruppen finden fortlaufend statt. Einstieg nach Anmeldung jederzeit möglich.

Veranstaltungsort am Montag: WRVB, Mergentheimer Str. 9h, Würzburg

Veranstaltungsort am Mittwoch: DJK-Halle, Wredestrasse 23, Würzburg

Weitere Infos und Anmeldung:

DVMB Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e. V.

Tel.: 09367/2383 • dvmb-wuerzburg.de

Progressive Muskelentspannung (PMR) *

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

Kursgebühr (für 10 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 135.00 € ab 6 TN: 155.00 € ab 4 TN: 185.00 €

Kurs-Nr.: PMR 1/21

Mi. 27. Jan. - 21. April 2021 • 19.15 - ca. 20.15 Uhr

Kurs-Nr.: PMR 2/21

Mi. 05. Mai - 28. Juli 2021 • 19.15 - ca. 20.15 Uhr

Kurs-Nr.: PMR 2/21

Mi. 22. Sept. - 15. Dez. 2021 • 19.15 - ca. 20.15 Uhr

Qi Gong *

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

Kursgebühr (für 10 x 60 - 90 Min.): 150.00 Euro
Kurse finden aktuell ggf. im Freien oder in der S. Oliver Halle statt.

Kurs-Nr.: QG 1/21

Mi. 20. Jan. - 14. April 2021 • 20.15 - ca. 21.30 Uhr

Kurs-Nr.: QG 2/21

Mi. 05. Mai - 20. Juli 2021 • 20.15 - ca. 21.30 Uhr

Kurs-Nr.: QG 3/21

Mi. 15. Sept. - 14. Dez. 2021 • 20.15 - ca. 21.30 Uhr

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



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



© Fotos & Grafiken: AdobeStock.com (abcmedia),
karadaev, CHUTDECH, Yuri Hojda, smile377,
janier, M.Dörr & M.Fronmeyer, kasto, Photogra-
phie.eu, J. Kamphans, F. Freilhofer



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
Web: www.diePhysiotherapeuten.com • Inhaber: Jakob Kamphans



die **Physiotherapeuten**
Kamphans & Kollegen

An
die **Physiotherapeuten**
Kamphans & Kollegen
Mergentheimer Straße 10
97082 Würzburg

Bitte
ausreichend
frankieren



Liebe Kunden und Patienten,

wir freuen uns, Ihnen unser bewegtes Kursprogramm für 2021 vorzustellen - mit Abstand gut!

Mit unseren umfangreichen Präventionskursen können Sie aktiv an Ihrer Gesundheit arbeiten, ganz nach dem Motto: Prävention statt Operation. 😊

Da uns die *Corona-Pandemie* auch 2021 noch begleiten wird, haben wir gestaffelte Preise eingeführt. Je nach erlaubter Gruppengröße können wir nun auch Kurse mit weniger Teilnehmern (TN) starten lassen. Auch die **zoom** Online-Option (sofern dies die *Zentrale Prüfstelle Prävention* zum Kurszeitpunkt erlaubt) ermöglicht die Teilnahme an einem Kurs bequem von zu Hause (🌐).

In der Praxis und in den Kursräumen gilt immer unser aktuelles Hygiene- und Infektionsschutzkonzept.

Sollte, hätte, würde, könnte... Los geht's!
Jetzt anmelden und mitmachen.

Wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst Ihr

J. Kamphans & Kollegen

Folgen Sie uns



Krankenkassen-Zuschuss gefällig?



Unsere markieren Kurse sind von den Krankenkassen (GKV) anerkannt und können von der GKV mit ca. 75.00 € gefördert werden.

Stand: 11/2020 - Änderungen, Irrtümer und Druckfehler vorbehalten - Kursgebühr teilweise mit 19 % MwSt. ausgewiesen - Es gelten unsere allgemeinen Teilnahme- und Geschäftsbedingungen (www.diephysiotherapeuten.com/teilnahmebedingungen) - Veranstalter ist der Kursleiter persönlich oder die Praxis der Physiotherapeuten - Kamphans & Kollegen (Inh.: J. Kamphans)

Rückenfit – das Wirbelsäulentraining *

Kursleitung: Frau S. Kamphans (Physiotherapeutin, Rückenschullehrerin)

Kursgebühr (für 10 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 109.00 € • ab 6 TN: 129.00 € • ab 4 TN: 149.00 €

Kurs-Nr.: RF 1/21
Di. 26. Jan. - 20. April 2021 • 17.30 - ca. 18.30 Uhr

Kurs-Nr.: RF 2/21
Do. 28. Jan. - 22. April 2021 • 09.00 - ca. 10.00 Uhr

Kurs-Nr.: RF 3/21
Di. 04. Mai - 27. Juli 2021 • 17.30 - ca. 18.30 Uhr

Kurs-Nr.: RF 4/21
Do. 06. Mai - 29. Juli 2021 • 09.00 - ca. 10.00 Uhr

Kurs-Nr.: RF 5/21
Di. 28. Sept. - 14. Dez. 2021 • 17.30 - ca. 18.30 Uhr

Kurs-Nr.: RF 6/21
Do. 30. Sept. - 16. Dez. 2021 • 09.00 - ca. 10.00 Uhr

Präventives Faszientraining *

Kursleitung: Herr A. Weimann (Physiotherapeut mit div. Fortbildungen)

Kursgebühr (für 10 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 129.00 € • ab 6 TN: 139.00 € • ab 4 TN: 149.00 €

Kurs-Nr.: PFT 1/21
Mo. 25. Jan. - 19. April 2021 • 20.15 - ca. 21.15 Uhr

Kurs-Nr.: PFT 2/21
Mo. 20. Sept. - 13. Dez. 2021 • 20.15 - ca. 21.15 Uhr



Pilates – eine starke Körpermitte*

Kursleitung: Frau L. Janosch (Physiotherapeutin, Pilates-Kursleiterin)

Kursgebühr (für 8 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 129.00 € ab 6 TN: 149.00 € ab 4 TN: 169.00 €

Kurs-Nr.: P 1/21
Di. 19. Jan. - 23. März 2021 • 11.00 - ca. 12.00 Uhr

Kurs-Nr.: P 2/21
Di. 19. Jan. - 23. März 2021 • 19.45 - ca. 20.45 Uhr

Kurs-Nr.: P 3/21
Di. 08. Juni - 27. Juli 2021 • 11.00 - ca. 12.00 Uhr

Kurs-Nr.: P 4/21
Di. 08. Juni - 27. Juli 2021 • 19.45 - ca. 20.45 Uhr

Kurs-Nr.: P 5/21
Di. 28. Sept. - 30. Nov. 2021 • 11.00 - ca. 12.00 Uhr

Kurs-Nr.: P 6/21
Di. 28. Sept. - 30. Nov. 2021 • 19.45 - ca. 20.45 Uhr



TK Rücken Training – Rücken Plus mit integriertem Gerätetraining *2

Kursleitung: Herr A. Weimann (Physiotherapeut, div. Fortbildungen, TK-Multiplikator)

Kursgebühr (für 9 x 45 - 60 Min.)
ab 8 TN: 149.00 € ab 6 TN: 159.00 € ab 4 TN: 169.00 €

Kurs-Nr.: RP 1/21
5 x ohne Gerät: Sa. 30. Jan. - 27. Feb. 2020 • 10.00 - ca. 11.00 Uhr
4 x mit Gerät: Sa. 06. März - 10. April 2021 • 10.00 - ca. 11.00 Uhr
od. 11.00 Uhr - ca. 12.00 Uhr (TN im Kursteil „mit Gerät“ in zwei Gruppen aufgeteilt)

Kurs-Nr.: RP 2/21
5 x ohne Gerät: Sa. 02. Okt. - 30. Okt. 2021 • 10.00 - ca. 11.00 Uhr
4 x mit Gerät: Sa. 06. Nov. - 18. Dez. 2021 • 10.00 - ca. 11.00 Uhr
od. 11.00 Uhr - ca. 12.00 Uhr (TN im Kursteil „mit Gerät“ in zwei Gruppen aufgeteilt)

² Die **Techniker** Krankenversicherung bezuschusst den Kurs zu 100 %.
Andere Krankenkassen (GKV) fördern diesen Kurs bis zu 75.00 €.

Anmeldung & Infos

☎ 0931 • 99 169 222

www.diePhysiotherapeuten.com/kurse

Postkarte an: die **Physiotherapeuten**

Mergentheimer Str. 10, 97082 Würzburg



Nordic Walking *

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

Kursgebühr (für 8 x 6 - 90 Min.)
ab 8 TN: 169.00 € • ab 6 TN: 179.00 € • ab 4 TN: 189.00 €

Kurs-Nr.: NW 1/21
Di. 26. Jan. - 23. März 2021 • 17.30 - ca. 18.30 Uhr

Kurs-Nr.: NW 2/21
Do. 28. Jan. - 25. März 2021 • 08.30 - ca. 10.00 Uhr

Kurs-Nr.: NW 3/21
Di. 04. Mai - 13. Juli 2021 • 18.00 Uhr - ca. 19.30 Uhr

Kurs-Nr.: NW 4/21
Di. 28. Sep. - 30. Nov. 2021 • 17.30 - ca. 18.30 Uhr

Kurs-Nr.: NW 5/21
Do. 30. Sept. - 2. Dez. 2021 • 08.30 - ca. 10.00 Uhr

Betriebliche Gesundheitsförderung - Wir bringen Sie in Bewegung...



Fit auf der Arbeit & im Homeoffice?

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

Kurse (mit *) können auch von den Krankenkassen gefördert werden oder/und sind nach EStG § 3 Nr. 34 bis zu 600.00 € pro Jahr und Mitarbeiter für den Arbeitgeber steuerfrei.

Interesse? Angebot anfordern unter BGF@diePhysiotherapeuten.com

Kursanmeldung

oder Onlineanmeldung unter:
www.diePhysiotherapeuten.com/kurse

Mein Kurs

Kurstitel (ggf. mehrere) Kurs-Nr. (ggf. mehrere)

Kursdatum Kurszeit

Meine Daten

Vor- und Nachname Geburtsdatum

Straße und Haus-Nr. PLZ und Ort

Telefon (Mobil) Telefon (Festnetz)

E-Mail

Meine Gesundheit

Ich bin gesund.
 Ich leide an folgenden Erkrankungen/Beschwerden und habe die Teilnahme am oben genannten Kurs ärztlich abgeklärt. Es bestehen keine medizinischen Gründe gegen die Kursteilnahme.

Erkrankungen/Beschwerden

Meine Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zum oben genannten Kurs an und erkläre mich mit den Allgemeinen Teilnahme- und Geschäftsbedingungen (www.diephysiotherapeuten.com/teilnahmebedingungen.html) einverstanden.

Ort/Datum

Unterschrift



die **Physiotherapeuten**
Kamphans & Kollegen