

# KURSPLAN



INSEL AKTIV



PHYSIOTHERAPIE \* WELLNESS \* FITNESS



**Präventionskurse können durch Ihre Krankenkasse bis zu 100% bezuschußt werden. Bei Fragen wenden Sie sich gerne an 0173/9413618**

STAND: 01/2025

**MO**

**Geräte Training** — individuell, physiotherapeutisch begleitet  
Vitte, KRAFTWERK \* 9:00 - 10:00 Uhr \* 12 € p.P.

**DI**

**Senioren Rückenschule mit Dörthe** — Präventionskurs  
Neuendorf, Gemeindehaus \* 16:30 - 17:30 Uhr \* 16 € p.P.

**MI**

**Körper Fitness mit Anne** — Präventionskurs (alle Level)  
Vitte, Strandhotel \* 16:30 - 17:30 Uhr \* 16 € p.P.  
**Rückenschule mit Anne** — Präventionskurs (alle Level)  
Vitte, Strandhotel \* 17:45 - 18:45 Uhr \* 16 € p.P.



Inh. Anne Strobel  
Schaulbarg 11  
18565 Neuendorf

Physiotherapie Wellness Fitness  
inselaktivhiddensee.de  
Tel.: 038300/603315