



**time4.health**

## Live Online Kurse ab Januar 2021

**time 4  
Health**

***motio***  
*Arbeit einfach besser machen*

Bei Fragen erreichen Sie uns unter:  
09404 6434128 oder [service@time4.health](mailto:service@time4.health)

# Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.

## Kurse ab Januar 2021 - 8 x 45/60 Min.

Kurs	Start	Uhrzeit	Eigenbeteiligung*
Rücken Fit	Mo., 25.01.21	8:00 & 16:00 Uhr	ca. 24,75 €
Pilates Pause	Mo., 25.01.21	11:00, 12:00 & 13:00 Uhr	ca. 24,75 €
Natürlich Fit (Funktionales Training)	Mo., 25.01.21	15:00 Uhr	ca. 22,25 €
Hatha Yoga	Mo., 25.01.21	16:00 & 17:00 Uhr	ca. 39,00 €
Motion Up (Beweglichkeit und Kraft)	Mo., 25.01.21	17:00 Uhr	ca. 24,75 €
Pilates	Di., 26.01.21	8:00 & 17:00 Uhr	ca. 39,00 €
Pilates Pause	Di., 26.01.21	11:00, 12:00 & 13:00 Uhr	ca. 24,75 €
Rücken Fit	Di., 26.01.21	15:00 Uhr	ca. 22,25 €
Natürlich Fit (Funktionales Training)	Di., 26.01.21	16:00 Uhr	ca. 22,25 €
Motion Up (Beweglichkeit und Kraft)	Di., 26.01.21	16:00 Uhr	ca. 22,25 €
Autogenes Training	Di., 26.01.21	17:00 Uhr	ca. 24,75 €
Hatha Yoga	Mi., 27.01.21	8:00 Uhr	ca. 39,00 €
Rücken Fit	Mi., 27.01.21	8:00 & 17:00 Uhr	ca. 24,75 €
Yoga Pause	Mi., 27.01.21	11:00, 12:00 & 13:00 Uhr	ca. 24,75 €
Motion Up (Beweglichkeit und Kraft)	Mi., 27.01.21	15:00 & 16:00 Uhr	ca. 22,25 €
Motion Up (Beweglichkeit und Kraft)	Do., 28.01.21	8:00 Uhr	ca. 24,75 €
Yoga Pause	Do., 28.01.21	11:00, 12:00 & 13:00 Uhr	ca. 24,75 €
Pilates	Do., 28.01.21	15:00 & 16:00 Uhr	ca. 24,75 €
Hatha Yoga	Do., 28.01.21	16:00 & 17:00 Uhr	ca. 39,00 €
Rücken Fit	Do., 28.01.21	17:00 Uhr	ca. 24,75 €
Natürlich Fit (Funktionales Training)	Fr., 27.01.21	8:00 Uhr	ca. 24,75 €

\* Der Gesamtpreis eines Kurses liegt zwischen 89 - 119 €. Die Kurse werden bei aktiver Teilnahme finanziell gefördert. Die Höhe des Förderungsbetrag ist von Ihrer gesetzlichen Krankenkasse (in der Regel 80%) abhängig. Für die Abrechnung der Förderung erhalten Sie von uns eine Teilnahmebestätigung mit allen dazu wichtigen Infos.

\*\* Gesamtpreis für die arbeitgebergeförderten Kurse (12 x 30 Min.) für 10 Einheiten ist 49 €.

Anmeldung online unter **time4.health**