

SPORT- UND GESUNDHEITSANGEBOTE ERLANGEN

Präventionskurse

Nach deiner Anmeldung zur Nutzung der Sport- und Freizeitanlage kannst du dich für die Präventionskurse anmelden. Für die Teilnahme an den Kursen ist zusätzlich die Zahlung der Jahresgebühr erforderlich. Die Präventionskurse sind zertifiziert und können dadurch von den gesetzlichen Krankenkassen nach §20 Abs. 1 SGB V bezuschusst werden, wenn du an mindestens 80 % der Kurseinheiten teilgenommen hast. Bitte beachte, dass anmeldepflichtige Kurse personenbezogen sind und nicht auf andere Personen übertragen werden können. Ein Probetraining ist nicht möglich. Bei freien Plätzen können Kursplätze auch von Familienangehörigen bzw. Pensionär*innen gebucht werden. Die Kurse finden je nach Wetterlage im Innen- oder Außenbereich statt (bitte Ortsangaben beachten).



Der unterstrichene Kursname verlinkt zur Kursbeschreibung

Kursname	Kurs-ID	Termine	Uhrzeit	Einheiten	Zielgruppe	Kursort	Gebühren zzgl. Jahresgebühr
<u>Faszientraining – Beweglichkeitstraining fürs Büro</u>	WI25-FT-DO1700-2-CH	Do. 08.01.26 – 12.03.26	17:00 – 17:55	10	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Funktionelles Zirkeltraining Outdoor</u>	WI25-FZO-DI1800-1-CH	Di. 07.10.25 – 09.12.25	18:00 – 19:00	10	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Funktionelles Zirkeltraining Outdoor</u>	WI25-FZO-MO1900-1-SK	Mo. 13.10.25 – 15.12.25	19:00 – 20:00	10	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Funktionelles Zirkeltraining Outdoor</u>	WI25-FZO-MO1900-2-SK	Mo. 12.01.26 – 16.03.26	19:00 – 20:00	10	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Funktionelles Zirkeltraining Outdoor</u>	WI25-FZO-DI1800-2-CH	Di. 13.01.26 – 17.03.26	18:00 – 19:00	10	E / F	Outdoor Parcours, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Hatha Yoga zum Auftanken</u>	WI25-HYA-MO1115-2-GZ	Mo. 12.01.26 – 16.03.26	11:15 – 12:15	10	F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Hatha Yoga zum Auftanken</u>	WI25-HYA-MO1230-2-GZ	Mo. 12.01.26 – 16.03.26	12:30 – 13:30	10	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL / Yin Yang Fläche, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Hatha Yoga zur Stressbewältigung</u>	WI25-HYS-DO0730-1-VK	Do. 02.10.25 – 11.12.25 (entfällt am 06.11.)	07:30 – 08:30	10	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Hatha Yoga zur Stressbewältigung</u>	WI25-HYS-DO1700-1-VK	Do. 02.10.25 – 11.12.25 (entfällt am 06.11.)	17:00 – 17:55	10	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Hatha Yoga zur Stressbewältigung</u>	WI25-HYS-DO0730-2-VK	Do. 08.01.26 – 12.03.26	07:30 – 08:30	10	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Hatha Yoga zur Stressbewältigung</u>	WI25-HYS-DO1700-2-VK	Do. 08.01.26 – 12.03.26	17:00 – 17:55	10	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-MO1800-1-VK	Mo. 06.10.25 – 08.12.25	18:00 – 19:00	10	E / F	Sporthalle C, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-DI1900-1-MG	Di. 07.10.25 – 09.12.25	19:00 – 19:55	10	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-MI1800-1-VK	Mi. 08.10.25 – 10.12.25	18:00 – 18:55	10	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-DI1800-1-SV	Di. 14.10.25 – 16.12.25	18:00 – 18:55	10	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-MI1800-2-VK	Mi. 07.01.26 – 11.03.26	18:00 – 18:55	10	E / F	Raum 301, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-MO1800-2-VK	Mo. 12.01.26 – 16.03.26	18:00 – 19:00	10	E / F	Sporthalle C, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €
<u>Rückenfit mit und ohne Kleingerät</u>	WI25-RF-DI1800-2-SV	Di. 13.01.26 – 17.03.26	18:00 – 18:55	10	E / F	Raum 358, Komotauer Str. 2, ERL	65,00 €