



BadeWerk

Neuharlingersiel

Präventionskurse 2026

Anmeldungen sind ab Dienstag, 02. Dezember 2025 möglich.

Alle vorherigen Anmeldungen werden nicht berücksichtigt.

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gernei

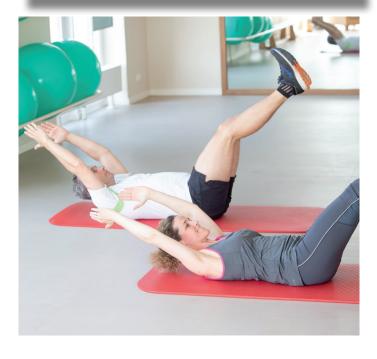
Pilates

Dieses Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur stärkt primär die Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskeln für eine gute Körperhaltung.

10 Einheiten á 45 Minuten Kursgebühr: 120,00 Euro

Kursbeginn: Di. 06.01. | 26.05. | 15.09.

Uhrzeit: 19.15 - 20.00 Uhr





Aqua-Fit

Durch gezielte Wassergymnastik kräftigen, mobilisieren und dehnen Sie Ihre Muskulatur. Abwechslungsreiche Übungen und viel Spaß an den Bewegungen sorgen für Ausgleich und Entspannung.

10 Einheiten á 45 Minuten Kursgebühr: 120,00 Euro

Kursbeginn: Mo. 05.01. | 16.03. | 08.06. |

17.08. | 26.10.

Uhrzeit: 08.00 - 08.45 Uhr

Kursbeginn: Di. 20.01. | 31.03. | 09.06. |

18.08. | 27.10.

Uhrzeit: 18.00 - 18.45 Uhr

Kursbeginn: Do. 08.01. | 19.03. | 13.08.

Uhrzeit: 18.00 - 18.45 Uhr

Wenn Sie an mindestens acht von zehn Terminen teilgenommen haben, erstattet Ihnen die Krankenkasse mindestens 80 Prozent der Gebühren. Wir übernehmen für Sie die Abrechnung mit Ihrer Krankenkasse.