

Entspannung

*Progressive Muskelentspannung
nach Jacobsen*

Ort: 25813 Husum, VHS
Schobüller Str. 38-40
Zeit: N.N. **ab Mai**
8 Termine je 90 Minuten, 85,00 EUR

Anmeldung sofort möglich

VHS-Husum

Schobüller Str. 38-40 in 25813 Husum
Telefon: 04841-8359-0

Hatha Yoga

Ort: 25813 Husum, VHS
Schobüller Str. 38-40
Zeit: Mittwochs, 18:30 Uhr **ab 24.04.**
AUSGEBUCHT
8 Termine je 90 Minuten, 85,00 EUR

- WARTELISTE

VHS-Husum

Schobüller Str. 38-40 in 25813 Husum
Telefon: 04841-8359-0



Offenes Angebot

Waldbaden



Ruhe – Frische Luft – Bewegung
Wir wandern durch den artenreichen
Mischwald – Für Anfänger geeignet
Strecken ca. 5 km
Dauer inkl. Picknick-Pause 2,5 Std
(Selbversorger)

Ort: 25917 Leck,
Langenberger Forst
Treffpunkt: Parkplatz
Zeit: jeden 1. Samstag im Monat
um 10:00 Uhr
-außer bei Sturm/Schietwetter-
Termine: 2.3./ 6.4./ 4.5./ 8.6.
Kosten: 0 EUR

Offenes Angebot-ohne Anmeldung

Birgit Breder

Telefon:0152-31770194



Kontakt –Impressum

Betriebliches Gesundheitsmanagement
Birgit Breder
Ev-Luth. Kirchenkreis Nordfriesland
Postfach 11 80 in 25817 Bredstedt
Telefon: 0152-31770194
E-Mail: bgm@kirchenkreis-nordfriesland.de



Ev.-Luth. Kirchenkreis
Nordfriesland

Angebote
zur Gesundheitsförderung
für
Mitarbeitende und PastorInnen

KURSE - ANGEBOTE
1.Quartal 2019

Rückenschule

Entspannung

Hatha Yoga

Offenes Angebot
Waldbaden



Betriebliches Gesundheits Management

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Kollegin, lieber Kollege,

anbei eine Übersicht der Kursangebote
im Rahmen der Betrieblichen
Gesundheitsförderung zur Kenntnis.

**Bei Interesse bitte direkt beim
Kursanbieter anmelden)**



**Zuschuss bei der Krankenkasse
beantragen:**

Für die Teilnahme an den
Gesundheitskursen/Präventions-
leistungen gem. §§20 und §§20a SGB V
erhält man von den Krankenkassen
einen Zuschuss bis zu 100% der
Kursgebühren.

**Zuschuss beim Arbeitgeber
beantragen**

**§18 (2) KAT Kirchlicher
Angestelltentarifvertrag**

Für die Teilnahme an den o. g.
Gesundheitskursen erhält der
Arbeitnehmer einen Zuschuss in Höhe
von **mindestens 12,50 EUR**
monatlich.

Mit sportlichem Gruß

Birgit Breder

Rückenschule nach Kddr

Ort: 25926 Ladelund, Dorfstr. 44

Zeit: **Montags, 17:00 Uhr**

10 Termine je 60 Minuten, 95,00 EUR

Anmeldung ab sofort möglich

Physiotherapie Michael Batzlaff

Sperlingsweg 2 in 25926 Ladelund

Telefon: 04666-989822

E-Mail: mike-esther@outlook.com

Rückenfit

Ort: 25813 Husum, VHS

Schobüller Str. 38-40

Zeit: **Dienstags, 17:15 Uhr ab 12.02.**

10 Termine je 60 Minuten, 70,00 EUR

Anmeldung ab sofort möglich

VHS-Internetseite

Telefon: 04841-8359-0

E-Mail: mail@vhs-husum.de

Rückenschule nach Kddr

Ort: 25836 Garding, Markt 6

Zeit: **Dienstags, 17:30 Uhr**

ab Anfang oder Mitte Februar

10 Termine je 60 Minuten, 90,00 EUR

Anmeldung ab sofort möglich

Praxis für Ergotherapie

Susann Fischer

Fischerstr. 8 in 25836 Garding

Telefon: 04862-104-1717

E-Mail: ergo.fischer08@google-mail.com

Entspannung

Autogenes Training

Ort: 25927 Neukirchen

Osterdeich 30 (in der KITA)

Zeit: **nach Vereinbarung**

Ort: 25917 Leck

Gutenbergring 19-21 (in der KITA)

Zeit: **Mittwochs, 17:30 Uhr ab 06.02**

10 Termine je 60 Minuten,

Kosten 110,00 EUR

Anmeldung ab sofort möglich

Karin Möller-Petersen

Psychologin und Ernährungsberaterin

Gather Landstr 50a in 25899 Niebüll

Telefon: 04661-20247

Mobil: 0170-470 40 11

E-Mail: kmp-nf.niebuell@t-online.de

Entspannung

*Progressive Muskelentspannung
nach Jacobsen*

Ort: 25821 Breklum

Kirchenstr. 4 -im Lutherhof-

Zeit: **Mittwochs, 17:00 Uhr ab 06.03.**

10 Termine je 60 Minuten, 120,00 EUR

Anmeldung ab sofort möglich

Struckumer Physio- und

Gesundheitspraxis Inh. Jan Döhring

Osterkoppel 1 in 25821 Struckum

Telefon: 04671-8929-130

E-Mail: info@struckumer-physiotherapie.de