

Kursplan ab 01.03.2024

ROT=Krankenkassenkurse

Anmeldung: 0171-4671917

MONTAG

10:30-11:30
BEWEGLICHKEITS
TRAINING MIT
FASZIEN TRAINING
MIT SUSI (FÜR
ÄLTERE
MENSCHEN
GEEIGNET)

16:30-17:45
YOGA MIT KATY

18:00-19:00
FITPILOGA
MIT SUSI

19:00-19:45
TRAMPOLIN
MIT JASMINA

20:00-21:00
ENTSPANNUNG
MIT SUSI

DIENSTAG

09:00-10:00
BEWEGLICHKEITS
TRAINING MIT
FASZIEN TRAINING
MIT SUSI

17:00-18:00
FEETUP MIT
SUSI

18:00-19:00
WANDPILATES
MIT SUSI

19:00-20:00
HULAHOOP
MIT CHIARA

20:00-21:00
ENSPANNUNGS
YOGA MIT KAI

MITTWOCH

10:00-11:15
YOGA MIT KATY

17:00-18:00
BEWEGLICHKEITS
TRAINING MIT
FASZIEN TRAINING
MIT SUSI

18:30-19:30
HULAHOOP
MIT CHIARA

19:30-20:30
BEWEGLICHKEITS
TRAINING MIT
FASZIEN TRAINING
MIT SUSI

DONNERSTAG

17:00-18:00
KRÄFTIGUNGS-
UND
BEWEGLICHKEITS-
TRAINING
MIT SUSI

AB APRIL:
WALD- UND
NATURBADEN

FREITAG

09:00-10:00
BEWEGLICHKEITS
TRAINING MIT
FASZIEN TRAINING
MIT SUSI IM
AUFBAU

SAMSTAG

PLANE DEINE NÄCHSTE "METIME"

KOMPAKTKURSE
(2 TAGE JE 4 STD. KRANKENKASSEN
BEZUSCHUSSTER KURS)

SEMINARE
VORTRÄGE
WALDBADEN
ENTSPANNUNG MIT ALPAKAS
UND VIELES MEHR.....

SONNTAG



Biosphärenregion
Niedersächsisches
Wattenmeer



SUSANNE
WINTER 

STUDIO
BRAUERWEG 2
26419 SCHORTENS

Kurse werden von der Krankenkasse bezuschusst!

**SUSANNE
WINTER** 

Bewegungs- & Entspannungstherapeutin

Büro: Rosenstraße 38 | 26441 Jever
Telefon 044 61 / 700 855 | Mobil 0171 / 467 19 17
info@susannewinter.one | www.susanne-winter.com

Meine
Kooperationspartner

