

Hier finden Sie die passenden Kurse

Fit bleiben

- » Sanfte Aquafitness für Frauen und Schwangere
- » Bodyworkout
- » Aquafitness
- » Body-Workout Coretraining
- » Aquafitness für Frauen
- » Aquapower
- » Rückenfit
- » Zumba
- » Funktionelles Zirkeltraining

Babys, Kinder

- » Babyschwimmen
- » Ballschule
- » Babymassage
- » Babys in Bewegung „BiB“

Entspannung

- » Yoga

Schwangerschaft

- » Sanfte Aquafitness für Frauen und Schwangere

saludis Lounge

Unsere Leistungen und Angebote in der saludis Lounge:

- » Medical Wellness
- » Physiotherapie, Osteopathie und Physikalische Therapie
- » Betriebsärztlicher Dienst

MTT Mitgliedschaft:

- » ab 34,90 € im Monat,
Personaltraining 60 Minuten 75,00€



HydroJet-Massage mit Spa

Entspannen Sie sich mit einer Überwasser-Massage kombiniert mit

- » entspannender Musik
- » beruhigendem Licht
- » belebendem Sauerstoff
- » Aroma
- » Collagen-Licht



Einzeltermin:	8,50 €
5er-Karte:	39,- €
10er-Karte:	76,- €

Haben Sie noch Fragen?
Wir sind gerne für Sie da.

Telefonische Auskünfte und Anmeldung unter

☎ 0951 503-53820

📠 0951 503-53835

✉ kurs@saludis.de

🌐 saludis.de

Unsere Öffnungszeiten:

Mo. – Do. 08:00 – 20:00 Uhr
Fr. 08:00 – 18:00 Uhr
Sa. 09:00 – 11:00 Uhr

Kursprogramm
Herbst 2024

» Kursreihe ab 23.09.2024

saludis.de

Montag ab 23.08.2024	Dienstag ab 24.09.2024	Mittwoch ab 25.09.2024	Donnerstag ab 10.10.2024	Samstag ab 27.09.2024
Start 30.09.2024 BiB (Babys in Bewegung ab 6 Monaten) Gymnastikraum Rezeption, Wartebereich 8 x 10:30 - 11:30 Uhr , 94,- € Franziska Klein	Ballschule 4 – 6 Jahre 110,- € Mehrzweckhalle KaM 10 x 16:30 – 17:30 Uhr Felix Schaad	Zumba 110,- € Gymnastikraum Rezeption 10 x 17.30 – 18.30 Uhr Nizzi Quinn Lopez	Rückenfit* 125,- € Gymnastikraum GZB 3. Stock 10 x 16:30 – 17.25 Uhr Jessica Müller-Neuhaus	Zumba 110,- € Gymnastikraum Rezeption 10 x 09:15 – 10:15 Uhr Nizzi Quinn Lopez
Babyschwimmen 3 – 5 Monate Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 5 x 12:15 – 12:45 Uhr , 84,- € Franziska Klein	Funktionelles Zirkeltraining 110,- € Gymnastikraum Rezeption 10 x 17:00 – 18:00 Uhr Theresa Kohler	Aquafit mit mehr Power* 125,- € Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 10 x 18:30 – 19:15 Uhr Dominik Albrecht	Freitag ab 26.09.2024	
Babyschwimmen 6 – 9 Monate Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 5 x 12:45 – 13:15 Uhr , 84,- € Franziska Klein	Aquapower 110,- € Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 10 x 18:15 – 19:00 Uhr Theresa Kohler	Aquafit mit mehr Power* 125,- € Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 10 x 19:15 – 20:00 Uhr Dominik Albrecht	Start 26.09.24 Babymassage 74,- € Praxis Ulanenpark 4 x 09:00 – 10:00 Uhr Tina Noll	
Start 23.09.2024: sanfte Aquafitness für Frauen und Schwangere 57,- € Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 5 x 17:00 – 17:45 Uhr Barbara Hahn	Body-Workout Coretraining * 125,- € Gymnastikraum Rezeption saludis 10 x 18:30 – 19:25 Uhr Claudia Beuerle			
Yoga* 125,- € Gymnastikraum Rezeption saludis 10 x 17:30 – 18:25 Uhr Sabine Zeh				
Aquafit für Frauen 110,- € Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 10 x 17:45 – 18:30 Uhr Barbara Hahn				
Aquafit mit mehr Power 110,- € Bewegungsbad Klinikum Bruderwald 10 x 18:30 – 19:15 Uhr Barbara Hahn				
Yoga* 125,- € Gymnastikraum Rezeption saludis 10 x 18:30 – 19:25 Uhr Sabine Zeh				

- **Am Standort Bruderwald**
 saludis Gesundheitszentrum
 am Bruderwald (GZB)
 Buger Straße 82
 96049 Bamberg
- **Bewegungsbad Klinikum Bruderwald**
 Buger Straße 82
 96049 Bamberg
- **Am Standort Ulanenpark**
 saludis Praxis im Ulanenpark
 Hans-Schütz-Straße 3
 96052 Bamberg
- **Am Standort Michelsberg**
 Mehrzweckhalle
 St.-Getreu-Straße 18
 96049 Bamberg

* Bei unseren Kursen mit Stern* gekennzeichnet, handelt es sich um Präventionskurse, die von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden können.

Evtl. anfallende Parkgebühren müssen selbst getragen werden.

Nähere Kursbeschreibungen finden Sie im Internet unter www.saludis.de