

Präventionskurse nach §20

Wir bieten regelmäßig krankenkassenunterstützte zertifizierte Pilates Präventionskurse bei unseren zertifizierten Trainerinnen an.

Folgendes sollten Sie vorab zu den Präventionskursen wissen:

- Präventionskurse haben ein festes Anfangs- & Enddatum
- Präventionskurse gehen über 10 Wochen/Einheiten, von denen man an mindestens 8 im gleichen Kurs teilgenommen haben muss um den Zuschuss der gesetzlichen Krankenkasse zu bekommen (mind. 80% Anwesenheit)
- nur ausgewiesene Matten & Matten-/Allegrokombi-Kurse sind anerkannte Präventionskurse
- weitere Infos finden Sie auch unter www.zentrale-pruefstelle-praevention.de oder bei Ihrer Krankenkasse
- Kursteilnehmern aus fortgeschrittenen Pilateskursen ist es durchaus zu empfehlen 1 bis 2 Mal im Jahr einen Präventionskurs nach §20 zu besuchen, so können die Basics aufgefrischt und vertieft werden und man erfährt Neustes rund um das Thema Prävention.

Bitte erkundigen Sie sich nach unseren Startterminen für einen Präventionskurs und lassen Sie sich unter info@pilateszentrum-muenster.de für einen Kurs vermerken. Aufgrund der großen Nachfrage ist leider teils mit längeren Wartezeiten zu rechnen.

Folgende Trainerinnen sind zertifiziert:

- Ninja Talke (Pilates i.d.K. Matte, Pilates Matte/Reformer E., Ganzheitliches Beckenbodentraining)
- Nicole Magera (Pilates i.d.K. Matte, Pilates Matte/Reformer E., Ganzheitliches Beckenbodentraining)
- Christine Völker (Pilates i.d.K. Matte, Pilates Matte/Reformer E., Ganzheitliches Beckenbodentraining)
- Simone Meintrup (Pilates i.d.K. Matte, Pilates Matte/Reformer E.)
- Ingrid Wiesmann (Pilates i.d.K. Matte, Pilates Matte/Reformer E.)