Omnia Magdeburg e.V.
Kursraum 1 & 2:
Bakestraße 3
39108 Magdeburg

Winterkursplan 2025

13.01.2025 - 06.04.2025

omnia
Raum für ganzheitliche Gesundheitsförderung

Montag			Dienstag		Mittwoch				Donnerstag		Freitag
Raum 1	**Raum 2**	**Buckau**	**Raum 1/Extern**	**Raum 2/Buckau**	**Raum 1**	**Raum 2**	**Buckau**	**Extern**	**Buckau/Extern**	**Raum 2**	**Raum 2**
9:45 Senioren-gymnastik (Katrin) 144€ (130€ Senioren)			**07:00** Hatha Yoga (Karen) 144€ (108€ Online)		**9:00** Präventives Ausdauertraining für Senioren (Jenny H.) 144€ (130€ Senioren)				**7:30** Aquafitness (Anika) ab 09.01. Elbeschwimmhalle 180€	**09:00** Becken abwärts Reha Orthopädie (Katrin) §44 SGB IX	
11:00 Becken abwärts Reha Orthopädie (Katrin) §44 SGB IX			**09:30** Sanftes Multifitness (Katrin) 144€ (130€ Senioren)		**10:15** Mulfiitness für Senioren (Jenny H.) 144€ (130€ Senioren)	**10:00** MaPa-Baby-Fit (Chiara) 120€	**10:30** Reha Orthopädie (Katrin) Buckau §44 SGB IX			**10:00** Becken aufwärts Reha Orthopädie (Katrin) §44 SGB IX	**15:30** Vinyasa Yoga (Isi) 120€
14:00 Ganzkörper Reha Orthopädie (Katrin) §44 SGB IX			**9:45 & 10:45** Senioren-gymnastik HS (Maria) BWH HS MG Extern o. 120€	**10:45** Rückbildungsyoga (Ronja) 144€			**11:30** Reha Orthopädie (Katrin) Buckau §44 SGB IX		**17:00** Ganzkörpertraining nach Pilates (Simone) Buckau 144€	**17:15** Vinyasa Yoga (Ronja) 144€	
15:00 Yoga Inklusiv Reha Orthopädie (Katrin) 144€/ §44 SGB IX		**15:30** Multifitness Rücken (Patricia) Buckau 120€	**10:45** Becken aufwärts Reha Orthopädie (Katrin) §44 SGB IX	**16:00** Bewegungskids (Jenny L.) 4-7 Jahre Buckau MG Kids o.108 €	**15:45** Kinder Yoga 5-7 Jahre (Marina) MG Kids o. 99€	**15:45** Yoga für Schwangere (Ronja) 144 €			**18:15** Ganzkörpertraining nach Pilates (Simone) Buckau 144€	**18:30** Hatha Yoga (Isi) 120€	Unsere **Präventionskurse** sind nach §20 SGB V durch die Krankenkassen bezuschussbar.
17:00 Multifitness Rücken (Jenny H.) 144€ (108€ Online)	**16:15** Hatha Yoga (Jessica) 120€	**16:45** Hatha Yoga (Patricia) Buckau 120€	**17:00 & 17:45** Aquafitness (Vio) NRZ 168€	**16:00** Multifitness Rücken (Katrin) 120€	**17:00** Body Fit (Lisa) 120€	**17:00** Qigong nicht am 29.01. & 02.04. (Jenny H.) 120€	**17:00** Entspannung mit Yoga (Patricia) Buckau 120€	**17:00** Hatha Yoga (Marie) 6x Wüstenjerichow 60€			
18:15 Cardiofitness (Chiara) 120 €	**17:30** *90 min* Hatha Yoga (Ronja) 216€	**18:00** Ganzkörpertraining nach Pilates (Simone) Buckau 144€	**18:15** Multifitness Rücken (Martina) 144€	**17:15 & 18:30** Happy Yoga (Anja) 120€		**18:15** Männer Yoga (Basti) 120€	**18:15** Hatha Yoga (Guido) Buckau 120€	**18:00** Dancefitness (Josi) nicht am 29.01. Hegelgymnasium MG Extern o. 110€			
19:30 Bauch-Beine-Po (Chiara) 120€	**19:15** Hatha Yoga (Anne) 144€		**19:30** Pilates (Martina) 144€			**19:30** AROHA® nicht am 29.01. & 02.04. (Jenny H.) 100€	**19:30** Hatha Yoga Intensive (Guido) Buckau 120€	**20:00 & 20:45** Aquafitness (Denise) ab 08.01. SH Olvenstedt 156€			

Standorte

Buckau
Schönebecker Straße 110b, 39104 MD
BWH HS
Breitscheidstraße 2, 39114 MD
NRZ Hopfengarten
Gustav-Ricker-Straße 4, 39120 MD
Wüstenjerichow
Dorfstraße 30b, 39291 Möckern
Schwimmhalle Olvenstedt
Johannes-Göderitz-Straße 113, 39130 MD
Elbeschwimmhalle
Virchowstraße 9, 39104 MD

Kurse mit diesem Zeichen werden auch als ONLINE Kurs angeboten

Teilnahme nach Anmeldung über unsere Webseite **www.omnia-magdeburg.com** oder **mail@omnia-magdeburg.com** **0391 / 55 83 93 20** Instagram & Facebook via omnia_magdeburg