



Gesund leben zahlt sich aus!

PraeVita-Präventionsreisen

Kleinwalsertal 2010

*Aktiv-Urlaub
mit Zuschuss
von der
Krankenkasse*



PraeVita

Ihr Spezialist für Präventionskurse



Unsere Reiseangebote:

Ski und Sport

Der ideale Termin für Skifans, die neben dem Präventionsprogramm die herrlichen Wintersportmöglichkeiten im Kleinwalsertal nutzen möchten.

Termin: **6. bis 13. März 2010**

Präventionsprogramm: 6 x Aqua-Fitness, 6 x Pilates

Unterkunft: IFA Hotel Alpenrose***S

Verpflegung: Halbpension

585,- €¹

Zu Wasser und zu Land

Für alle, die sich gerne bewegen – sowohl im Wasser als auch draußen an der herrlichen Bergluft der Kleinwalsertaler Alpen.

Termine: **1. bis 8. Mai 2010**

25. September bis 2. Oktober 2010

Präventionsprogramm: 6 x Aqua-Fitness, 6 x Nordic Walking

Unterkunft: IFA Hotel Alpenrose***S

Verpflegung: Halbpension

508,- €²

Gesunder Rücken

Die ideale Kombination für ein gesundes Kreuz: Gelenkschonende Wassergymnastik und kräftigendes Rückentraining.

Termine: **24. April bis 1. Mai 2010**

2. bis 9. Oktober 2010

Präventionsprogramm: 6 x Rücken-Fitness, 6 x Aqua-Fitness

Unterkunft: IFA Hotel Alpenrose***S

Verpflegung: Halbpension

508,- €²

¹ Kosten p.P. im DZ; Kosten für EZ: 683,- €

² Kosten p.P. im DZ; Kosten für EZ: 592,- €