



Günter Lehmann

Gesundheitsförderung  
Physiotherapie  
Seminare



## Quisisana- Aktiv

### Gesundes Nordic Walking

Individual Einzel- und Partnerprogramme (60 Min.)	60 €
Kleingruppen-Programm (90 Min.)	90 €

### Gesundes Walking und/oder Softjogging

Individual Einzel- und Partnerprogramme (60 Min.)	60 €
Kleingruppen-Programm (90 Min.)	90 €

### Geführte Radtouren (3 Std.)

→ entlang der Ederauen oder des Edersee	200 €
---	-------

### Rückenfit-Programm

Einzel- und Partnerprogramme (60 Min.)	60 €
Kleingruppen-Programm (90 Min.)	90 €

### Body Balance

Mental-Anti-Stressgymnastik	
Einzel- und Partnerprogramme (60 Min.)	60 €
Kleingruppen-Programm (90 Min.)	90 €

### Yoga für mehr Beweglichkeit

Einzel- und Partnerprogramme (60 Min.)	60 €
Kleingruppen-Programm (90 Min.)	90 €

### Qi Gong

Einzel- und Partnerprogramme (60 Min.)	60 €
Kleingruppen-Programm (90 Min.)	90 €

Göbel's Hotel Quellenhof  
info@goebels-quellenhof.de - Tel: +49 (0) 5621 – 80 70

Physiotherapie, Fortbildungs-, Rückenschul- und Präventionsseminare  
Günter Lehmann  
info@rueckenfit.de - Tel: +49 (0) 5623 – 93 00 88