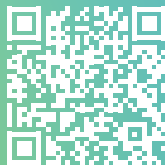


Wellness.
Einfach
wohl fühlen.

Ab
24€

Entdecke unser großes Angebot
an Entspannungsmassagen
zum Wohlfühlen.

Wähle aus Luxus-Massagen,
Entspannungsmassagen oder
rundum Wohlfühlpaketen deinen
Wellness-Favoriten und lasse
einfach mal die Seele baumeln.



Weitere Informationen unter
physiopraxis-goldkronach.de/wellness



Einfach Entspannung schenken.
Unsere Behandlungen sind
auch als Gutscheine erhältlich.



Rehasport Bewegung als Medizin

An unseren Rehasportkursen kannst du aufgrund einer
ärztlichen Verordnung oder auf Basis einer
bei uns erhältlichen 10er-Karte teilnehmen.

Kurszeiten:

Montag 10.45 – 11.30 Uhr 16.45 – 17.30 Uhr 19.00 – 19.45 Uhr	Mittwoch 08.15 – 09.00 Uhr 10.30 – 11.15 Uhr* 18.00 – 18.45 Uhr
Dienstag 08.30 – 09.15 Uhr* 09.30 – 10.15 Uhr 10.30 – 11.15 Uhr*	Donnerstag 16.00 – 16.45 Uhr
	Freitag 08.30 – 09.15 Uhr 09.30 – 10.15 Uhr 10.30 – 11.15 Uhr*

*Rehasport mit Hocker, speziell für Senioren

Unsere Leistungen für Ihre Gesundheit.

In unseren Praxen in Goldkronach und Bad Berneck
bieten wir neben unserem vielseitigen Kursangebot
auch Wellness, Physiotherapie sowie Rehasport
T-Rena und RV-Fit an.

Physiotherapeutische Leistungen können gerne auch
bei dir Zuhause oder im Seniorenheim stattfinden.
Spreche uns einfach an.

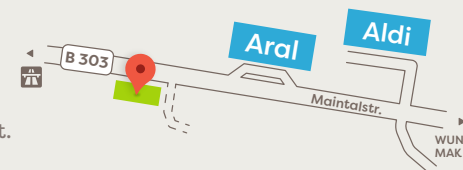
- Physiotherapie
- Kinderphysiotherapie
- Wellness
- Osteopathische Behandlungen
- Fitness
- Personal Training
- Yoga
- Stressbewältigung
- Rehasport
- T-Rena
- RV-Fit

Wir sind Partner von:

- IGB
- WELLPASS

Physiopraxis Goldkronach
Leisauer Str. 7, 95497 Goldkronach
info@physiopraxis-goldkronach.de

Alle Kurse finden
im Gewerbepark
Bad Berneck in der
Maintalstr. 60 statt.



**physiopraxis
goldkronach**

IM GEWERBEPARK



**Jetzt
Termin
sichern!**

Mehr Kraft und Energie für deinen Alltag

Kurse ab 5. Oktober 2026 bis Dezember 2026

Kursplan

Unsere Angebote für ein neues Körpergefühl.

Qi Gong „Außen ruhig wie ein Berg, innen fließend“

Qigong ist eine tägliche Praxis für Ausgeglichenheit, Konzentration und Lebendigkeit. In angenehmer Atmosphäre bewegen und harmonisieren wir unser Qi.

Termin	Mittwoch: 9.30 Hockersgruppe 17.30 Uhr (regulär) Einsteiger
Dauer	10 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	80 €
Leitung	Heidemarie Karch

Rückenfit / Gesunder Rücken

Gezielte Kräftigung und Dehnung für deine Rumpf- und Rückenmuskulatur. Trainiere für einen stärkeren Rückhalt zum Ausgleich des Alltags.

Termin	Montag: 19.00 Uhr Mittwoch: 16.45 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	120 €
Leitung	Susanne Vogt

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Jumping® Fitness

Beschleunige deinen Kalorienabbau mit dem Trampolin-Power-Workout: ein intensives Herz-Kreislauf-Training mit schnellen Rhythmen.

Termin	Donnerstag: 19.00 Uhr
Dauer	10 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	100 €
Leitung	Susanne Vogt mit Jennifer Grammon

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Jumping for kids „Sei dabei!“

Mit aktueller Dance-Musik, abwechslungsreiches, lustiges bouncen auf dem Trampolin. Ausdauer - Koordination - Stretching

Termin	Dienstag: 17.00 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 45 Minuten
Kosten	64 €
Leitung	Jennifer Grammon

Flexibel Training „Dehnen - Kräftigen - Spaß haben!“

Ein Kurs für den gesamten Körper. Verbessere deine Faszien-Beweglichkeit und Stabilität. Für alle, die ihre Gesundheit fördern möchten.

Termin	Donnerstag: 17.45 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	96 €
Leitung	Susanne Vogt

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Yoga-Basic Asanas Medical-Yoga I

Als beginnender Yogi, dem Alltagsstress entfliehen. Sanfte, aktivierende Asanas/Übungen für Körper, Geist und Seele kombiniert mit harmonisierenden Entspannungs- und Atemtechniken.

Termin	Dienstag: 16.00 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	96 €
Leitung	Susanne Vogt

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Yoga Asanas Medical-Yoga II – für fortgeschrittene Yogis

Für fortgeschrittene Yogis. Fließende, aktivierende Asanas/Übungen für Körper, Geist und Seele kombiniert mit harmonisierenden Entspannungs- und Atemtechniken.

Termin	Montag: 15.30 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	96 €
Leitung	Susanne Vogt

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Detox-Yoga Medical-Yoga

Dynamisch und aktivierend: Inspiriert vom Hatha-Yoga bringt dich dieser fließende Stil ins Schwitzen, kurbelt den Stoffwechsel an und unterstützt dich dabei, deinen Körper in Form zu bringen.

Termin	Dienstag: 17.30 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	96 €
Leitung	Susanne Vogt

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Aerial Yoga – bes. für Anfänger geeignet

Spüre die Leichtigkeit des Tuchs und stärke sanft deine Kraft und Flexibilität. Ein schwingendes Erlebnis für Körper und Geist.

Termin	Donnerstag: 16.30 Uhr
Dauer	8 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	96 €
Leitung	Susanne Vogt



Flexibel starten.

FirmenFitness

Wir bringen Bewegung in Ihr Unternehmen! Gerne betreuen wir Ihre Gesundheitskurse direkt vor Ort und unterstützen Ihre Mitarbeitenden dabei, aktiv, ausgeglichen und leistungsfähig zu bleiben.

Bei Interesse freuen wir uns auf Ihre Anfrage!

Cardio-Fit

Trainiere 1x die Woche flexibel an unseren CARDIO-Fit und MOBILITY-KIT Geräten für spürbare Erfolge.

Dauer	10 Einheiten à 60 Minuten
Kosten	120 €
Leitung	Susanne Vogt

Bis zu 100 % Bezuschussung durch Krankenkassen.

Dieser Kurs wird in Goldkronach angeboten!

Gesundheit braucht Muskeln

4 Wochen gezieltes Training an den EGYM-Geräten – kombiniert mit Cardio- und Flex-Einheiten für mehr Kraft, Beweglichkeit und Wohlbefinden.

Dauer	4 Wochen
Kosten	50 €

Nur in Goldkronach!

