

Neu: Gerätetraining in Herne-Mitte



www.revital-herne.de

ReVital e.V.

Jahresprogramm 2018

Bedeutung von Kennziffer und Kurs-Nr.

1	←	Kennziffer = Zeitraum, hier: Januar bis März
1	←	Jahr, hier: 2018
8	←	
C	←	Ort, hier: Castrop-Rauxel
R	←	
W	←	Kursart, hier: Wirbelsäulengymnastik im Wasser
W	←	
2	←	Wochentag, 1=Mo, 2=Di usw., hier: Dienstag
1	←	Startzeit des Kurses, hier: 17.00 Uhr
7	←	

Anmeldung unter www.revital-herne.de

Bitte geben Sie bei der Anmeldung die Kennziffer (1-5) in der Kombination mit der zutreffenden Kursnummer (z.B. _18CRWW217) an. Die vollständige Nummer lautet dann zum Beispiel: 118CRWW217. Sie erleichtern uns damit die Zuordnung. Vielen Dank!

Weitere Informationen unter: **(02323) 498 2410**

Preise*

Erster Kurs im Jahr, bei dem die Möglichkeit zur Kostenbeteiligung durch Ihre Krankenkasse besteht: 100,00 €

	10 Wochen	9 Wochen	8 Wochen
Gymnastikkurs	70,00 €	63,00 €	56,00 €
Nordic Walking			
Wasserkurs	85,00 €	76,50 €	68,00 €

Mai bis August 2018 Kennziffer 3

Wochen- tag	Beginn	Ende	Dauer in Wochen
Montag	28.05.2018	30.07.2018	10
Dienstag	29.05.2018	31.07.2018	10
Mittwoch	30.05.2018	01.08.2018	10
Donnerstag	07.06.2018	02.08.2018	9
Freitag	01.06.2018	03.08.2018	10
Samstag	26.05.2018	28.07.2018	10
Sonntag	27.05.2018	29.07.2018	10

Januar bis März 2018 Kennziffer 1

Wochen- tag	Beginn	Ende	Dauer in Wochen
Montag	08.01.2018	12.03.2018	10
Dienstag	09.01.2018	13.03.2018	10
Mittwoch	10.01.2018	14.03.2018	10
Donnerstag	11.01.2018	15.03.2018	10
Freitag	12.01.2018	16.03.2018	10
Samstag	06.01.2018	10.03.2018	10
Sonntag	07.01.2018	11.03.2018	10

August bis Oktober 2018 Kennziffer 4

Wochen- tag	Beginn	Ende	Dauer in Wochen
Montag	06.08.2018	08.10.2018	10**
Dienstag	07.08.2018	09.10.2018	10**
Mittwoch	08.08.2018	10.10.2018	9**
Donnerstag	09.08.2018	11.10.2018	10**
Freitag	10.08.2018	12.10.2018	10**
Samstag	04.08.2018	06.10.2018	10**
Sonntag	05.08.2018	07.10.2018	10**

März bis Mai 2018 Kennziffer 2

Wochen- tag	Beginn	Ende	Dauer in Wochen
Montag	19.03.2018	14.05.2018	8
Dienstag	20.03.2018	22.05.2018	9
Mittwoch	21.03.2018	23.05.2018	10
Donnerstag	22.03.2018	24.05.2018	9
Freitag	23.03.2018	25.05.2018	9
Samstag	17.03.2018	19.05.2018	10
Sonntag	18.03.2018	20.05.2018	10

Oktober bis Dezember 2018 Kennziffer 5

Wochen- tag	Beginn	Ende	Dauer in Wochen
Montag	15.10.2018	17.12.2018	10
Dienstag	16.10.2018	18.12.2018	10
Mittwoch	17.10.2018	19.12.2018	10
Donnerstag	18.10.2018	20.12.2018	9
Freitag	19.10.2018	21.12.2018	10
Samstag	13.10.2018	15.12.2018	10
Sonntag	14.10.2018	16.12.2018	10

* Bei Ausgabe eines neuen Programmheftes werden die alten Preise ungültig.

** Aufgrund von Wartungsarbeiten im Schwimmbad vom 06.-12.08.2018 dauern Wasserkurse in dieser Kursserie lediglich 9 bzw. 8 Wochen.

Gymnastikkurse in Herne-Mitte

Sporthalle ReVital e.V., Düngelstr. 28 (Seiteneingang)

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
auf Anfrage	Sturzprophylaxe / Gerätetraining	Montag	09.30 - 11.00	Martina Schulz
_18HEWG118	Wirbelsäulengymnastik	Montag	18.30 - 19.30	Meike Lippok
_18HEWG209	Wirbelsäulengymnastik	Dienstag	09.00 - 10.00	Meike Lippok
_18HEPE210	Pilates	Dienstag	10.00 - 11.00	Meike Lippok
_18HEBE219	Beckenbodentraining für Frauen	Dienstag	19.00 - 20.00	Ulrike Thiers
auf Anfrage	Faszientraining	Mittwoch	19.00 - 20.00	Monika Pusch
auf Anfrage	Präventives Rückentraining Gerätetraining	Mittwoch	19.00 - 20.30	Frank Stieglitz

Stressbewältigungskurse in Herne-Mitte

Sporthalle ReVital e.V., Düngelstr. 28 (Seiteneingang)

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
1. Halbjahr 2018	Autogenes Training	Mittwoch	18.45 - 20.15	Heidemarie Deutsch
2. Halbjahr 2018	Autogenes Training	Mittwoch	17.30 - 19.00	Heidemarie Deutsch
1. Halbjahr 2018	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	Mittwoch	17.30 - 18.30	Heidemarie Deutsch
2. Halbjahr 2018	Progressive Muskelentspannung nach Jacobson	Mittwoch	19.15 - 20.15	Heidemarie Deutsch
auf Anfrage	Yoga	Donnerstag	17.30 - 19.00	Aelita Ullrich

Nordic Walking im Gysenbergpark (Herne)

Treffpunkt vor der Eissporthalle, Am Revierpark

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
_18HENW116	Nordic Walking	Montag	16.30 - 18.00	Christoph Werntgen

Gymnastikkurse in Herne-Eickel

Curanum-Stift Am Volksgarten, Zur-Nieden-Str. 1d

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
_18HWPE117	Pilates	Montag	17.00 - 18.00	Giulia Natale
_18HWPE118	Pilates	Montag	18.00 - 19.00	Giulia Natale



Kurse in Castrop-Rauxel

Baby- und Kinderschwimmen in Castrop-Rauxel (Kursdauer jeweils 30 min.)

Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel, Grutholzallee 21

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
auf Anfrage	Babyschwimmen Anfänger (0-3 Monate)	Freitag	15.00 - 15.30	Jeannette Schmitz
auf Anfrage	Babyschwimmen Anfänger (4-6 Monate)	Freitag	15.30 - 16.00	Jeannette Schmitz
auf Anfrage	Babyschwimmen (7 Monate - 3 Jahre)	Freitag	16.00 - 19.00	Jeannette Schmitz
auf Anfrage	Babyschwimmen Anfänger (0-3 Monate)	Samstag	09.00 - 09.30	Jeannette Schmitz
auf Anfrage	Babyschwimmen Anfänger (4-6 Monate)	Samstag	09.30 - 10.00	Jeannette Schmitz
auf Anfrage	Babyschwimmen (7 Monate - 3 Jahre)	Samstag	10.00 - 13.00	Jeannette Schmitz

Wasserkurse in Castrop-Rauxel

Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel, Grutholzallee 21

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
_18CRAJ109	Aquajogging	Montag	09.00 - 10.00	Barbara Königsbüscher
_18CRWW118	Wirbelsäulengymnastik im Wasser	Montag	18.30 - 19.15	Christiane Roscher
_18CRAJ210	Aquajogging	Dienstag	10.00 - 11.00	Barbara Königsbüscher
_18CRWW217	Wirbelsäulengymnastik im Wasser	Dienstag	17.00 - 18.00	Barbara Königsbüscher
_18CRAJ218	Aquajogging	Dienstag	18.00 - 19.00	Barbara Königsbüscher
_18CRAJ220	Aquajogging	Dienstag	20.00 - 21.00	Barbara Königsbüscher
_18CRAJ310	Aquajogging	Mittwoch	10.00 - 11.00	Barbara Königsbüscher
_18CRAJ317	Aquajogging	Mittwoch	17.00 - 18.00	Christian Hohmann
_18CRWW318	Wirbelsäulengymnastik im Wasser	Mittwoch	18.00 - 19.00	Christian Hohmann
_18CRAJ319	Aquajogging	Mittwoch	19.00 - 20.00	Christian Hohmann
_18CRAJ418	Aquajogging	Donnerstag	18.30 - 19.30	Klaus Augustin
_18CRWW419	Wirbelsäulengymnastik im Wasser	Donnerstag	19.30 - 20.15	Klaus Augustin
_18CRAJ420	Aquajogging	Donnerstag	20.15 - 21.15	Klaus Augustin

Gymnastik- und Stressbewältigungskurse in Castrop-Rauxel

Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel, Grutholzallee 21

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
_18CRPE119	Pilates	Montag	19.00 - 20.00	Anja Stolte
auf Anfrage	Tanztherapeutisches Angebot (Psychiatr. Tagesklinik, Ringstr. 48, 44575 Castrop-Rauxel)	Dienstag	17.30 - 19.00	Sibylle Grobleben

Eltern-Kind-Kurse in Castrop-Rauxel

Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel, Grutholzallee 21

Kursnummer	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	Kursleitung
auf Anfrage	Babymassage	Dienstag	15.00 - 16.00	Susanne Gast
auf Anfrage	Babytreff	Dienstag	09.45 - 11.00	Susanne Gast
auf Anfrage	Babytreff	Dienstag	11.15 - 12.30	Susanne Gast
auf Anfrage	Krabbel- und Spielgruppen	Donnerstag	09.15 - 10.30	Diana Wulf
auf Anfrage	Krabbel- und Spielgruppen	Donnerstag	10.45 - 12.00	Susanne Gast
auf Anfrage	Krabbel- und Spielgruppen	Freitag	09.15 - 10.30	Diana Wulf
auf Anfrage	Krabbel- und Spielgruppen	Freitag	10.30 - 11.45	Diana Wulf
auf Anfrage	Bewegungsspiele	Donnerstag	15.15 - 16.10	Diana Wulf
auf Anfrage	Bewegungsspiele	Donnerstag	16.30 - 17.25	Diana Wulf

Der Treffpunkt für aktive Ältere in Castrop-Rauxel

Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel, Grutholzallee 21

Gebühr	Kursart	Wochentag	Uhrzeit	
15,00 €/Vierteljahr	Vital+Aktivplus	Samstag	13.30 - 16.00	kostenloses Schnuppern ohne Anmeldung möglich



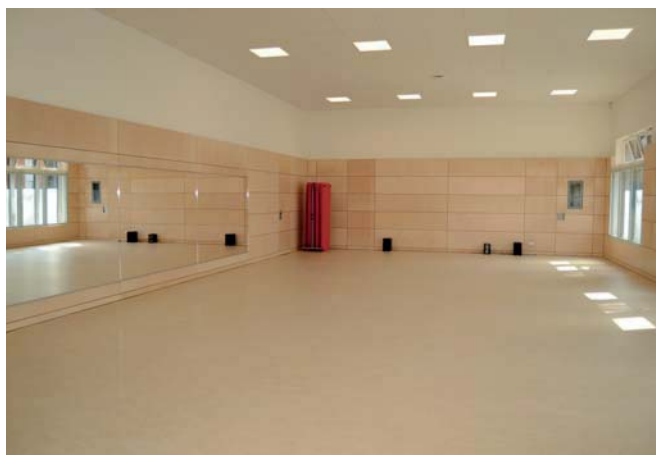
Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel

Schwimmbad
Grutholzallee 21
44577 Castrop-Rauxel



Evangelisches Krankenhaus Castrop-Rauxel

Gymnastikhalle
Grutholzallee 21
44577 Castrop-Rauxel



ReVital e.V.

Sporthalle
Düngelstr. 28 (Seiteneingang)
44623 Herne



ReVital e.V.

Gerätetraining
Düngelstr. 28 (Seiteneingang)
44623 Herne



CURANUM-Stift

Am Volksgarten
Zur-Nieden-Str. 1
44651 Herne



Ihre Ansprechpartner bei ReVital e.V.

Düngelstr. 28, 44623 Herne, 1. Etage, Raum 114 (Aufzug)

Öffnungszeiten: Mo & Mi 9.00 - 13.00 Uhr

Di & Do 9.00 - 16.00 Uhr

Freitag geschlossen

02323-498-2410 | revital@evk-herne.de | www.revital-herne.de



Bettina Weiße



Petra Reinke



Rebecca Piontek



Konstantin Fischer
Gerätetraining
02323-498-2782

ReVital e.V.
Am EvK Herne
Düngelstraße 28
44623 Herne

Tel.: 02323/498-2410
Fax: 02323/498-2480
E-Mail: revital@evk-herne.de
Internet: www.revital-herne.de

Öffnungszeiten Büro

Montag & Mittwoch: 9.00 – 13.00 Uhr
Dienstag & Donnerstag: 9.00 – 16.00 Uhr
Freitag geschlossen

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt schriftlich über das Büro des ReVital e.V. Ausführliche Beratung erhalten Sie entweder telefonisch oder persönlich in unserem Büro am EvK Herne, Düngelstraße 28, 1. Etage, Raum 114 (Aufzug). Selbstverständlich können Sie sich hier auch anmelden. Die Anmeldung ist verbindlich! Innerhalb der nächsten zwei Wochen, jedoch spätestens bis zwei Wochen vor Kursbeginn muss die Kursgebühr auf das nachstehende Konto überwiesen werden:

Bankverbindung

Krankenhausgemeinschaft / ReVital e.V.
Deutsche Bank
IBAN DE39 4307 0061 0620 5454 06
BIC DEUTDE33
Sie erhalten von uns nur dann eine Nachricht, wenn der Kurs nicht stattfindet.

Abmeldung

Abmeldungen sind nur schriftlich möglich. Der Rücktritt von der Kursteilnahme ist bis 7 Tage vor Kursbeginn kostenfrei. Bei Abmeldung bis Kursbeginn erheben wir die halbe Kursgebühr. Das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Abmeldung. Erfolgt eine Abmeldung nach Kursbeginn, sind die Kursgebühren in voller Höhe fällig, es sei denn, Sie stellen einen Ersatzteilnehmer oder wir können den Platz per Warteliste besetzen. Gegen Vorlage eines ärztlichen Attestes (ab einer krankheitsbedingten Abwesenheit von mehr als vier Wochen) erstatten wir Ihnen die anteiligen Kursgebühren. Eine Verwaltungsgebühr von 5,50 € müssen wir einbehalten.

Teilnehmerzahl

Alle Angebote erfordern eine kalkulierte Teilnehmerzahl von 8-9 Personen. Wird diese Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht, kann der Kurs abgesetzt werden. In diesem Fall wird die Gebühr für die nicht stattgefundenen Kursstunden erstattet.

Kursdurchführung

Wir bitten um Verständnis, wenn wir andere als im Programm aufgeführte Kursleiter einsetzen. Es kann kein Anspruch auf eine bestimmte Kursleitung gestellt werden.

Besonderheiten

Haben Sie einen Termin verpasst? Dann holen Sie ihn nach Absprache in einem anderen Kurs nach (nur in laufender Kursserie und nach Verfügbarkeit!).

Sind Sie sich noch nicht sicher? Dann schnuppern Sie doch einfach kostenlos in unsere Kurse rein (außer beim Start des jeweiligen Kurses; telefonisch anmelden!).

Teilnahmebescheinigungen

Bescheinigungen (z.B. für die Krankenkasse) berechnen wir mit 3 € pro Exemplar.

Anerkennung

Mit der Anmeldung erklärt sich unser Kunde mit unseren Geschäftsbedingungen einverstanden.

Haftung

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr. Bei Teilnehmern mit Herzerkrankungen benötigen wir ein ärztliches Attest. Der Verein ReVital e.V. haftet nicht für Unfälle, die während der Kurse und auf dem Weg vom und zum Veranstaltungsort entstehen sowie bei Verlust oder Beschädigung von Sachen. Bei Beschädigung der benutzten Einrichtungen haften die Teilnehmenden, sofern sie vorsätzlich oder grob fahrlässig gehandelt haben.

Beteiligung der Krankenkassen

Eine Vielzahl unserer Präventionskurse ist zertifiziert. Am Ende dieser Kurse erhalten Sie auf Nachfrage eine Teilnahmebescheinigung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse.

Das ReVital Programm hat zum Ziel, Ihre Gesundheit nach höchsten therapeutischen bzw. sportwissenschaftlichen Qualitätsstandards zu verbessern, Ihr Leistungsvermögen zu steigern und Krankheiten vorzubeugen. Ein Erfolg kann nicht garantiert werden.

Das Angebot ist nicht ausdrücklich auf die Bezuschussung durch die gesetzlichen Krankenkassen ausgelegt. Auch die Zertifizierung vieler ReVital Kurse gewährleistet nicht die Erstattung von Teilnahmegebühren. Zudem kann es aus organisatorischen Gründen jederzeit zu einem Wechsel der Kursleitung kommen, was die Bezuschussung beeinflussen kann.

Kursausfälle

Über Kursausfälle informieren wir auf unserer Homepage www.revital-herne.de. Kursausfälle wegen witterungsbedingter Einflüsse (höhere Gewalt) werden nicht ersetzt. Bei mehrmaligem Kursausfall durch höhere Gewalt sind wir bemüht, Ersatztermine zur Verfügung zu stellen. Ausfälle durch plötzliche Schwimmbadreparaturen werden nicht erstattet. Ausgefallene Stunden können nach Absprache und Verfügbarkeit in anderen Kursen nachgeholt werden.

Änderungen vorbehalten. Stand: November 2017

Verbindliche Anmeldung für einen ReVital-Kurs

Kursbezeichnung/-nummer	Wochentag	Uhrzeit (wenn im Programm angegeben)
	Kurstermin von	bis
Name	Vorname	Geburtsdatum
Name Kind	Vorname Kind	Geburtsdatum Kind
Straße	PLZ	Ort
Telefon	Mobil	E-Mail
Ich habe die Geschäftsbedingungen von ReVital e. V. zur Kenntnis genommen.	Datum	Unterschrift