

## Aktuelle DRK-Gesundheitsprogramme und Präventionskurse

Stand: Januar 2026

<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>
17.00-18.30 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Werner Vaupel Fritzlar	17.00-18.15 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Christine Haber Schwalmstadt		10.00-11.00 Uhr <b>Präventionskurs</b> <b>Faszien Qigong*</b> Monika Glänzer Schwalmstadt	15.00-16.30 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Werner Vaupel Homberg
18.45-20.15 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Werner Vaupel Fritzlar	17.15-18.30 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Rosel Botte Fritzlar		13.45-15.15 Uhr <b>Tanzen</b> Elisabeth von Buttlar Schwalmstadt	16.45-18.15 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Werner Vaupel Homberg
19.00- 20.30 Uhr <b>Präventionskurs</b> <b>Qigong*</b> Monika Glänzer Schwalmstadt	18.30-19.45 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Christine Haber Schwalmstadt		17.30-19.00 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Werner Vaupel Fritzlar	
	19.00-20.15 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Rosel Botte Fritzlar			
	20.00-21.15 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Christine Haber Schwalmstadt			

\*Erstattungsmöglichkeit durch die Krankenkassen