

# Physio & Vital Thalheim

Wyrembek & Team

Hauptstr. 25  
09380 Thalheim

Tel.: 03721- 86442  
info@physio-vital-thalheim.de  
www.physio-vital-thalheim.de



- Physiotherapie
- Therapie Schwindel
- Heilpraktiker - Gebiet Physiotherapie
- Wellness, Privatleistungen
- Präventionsgruppen und Rehasport
- Zirkeltraining

Das gesamte Praxisangebot finden Sie auf unserer Webseite

## Kurse 2. Halbjahr 2025



**Autogenes Training** ab Di. 02.09.2025 – 16:00 Uhr  
Entspannung, Erlernen der selbständigen Durchführung des AT



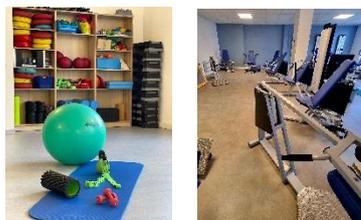
**Rückenschule** ab Di. 02.09.2025 – 17:00 Uhr  
Verhaltenstraining & Dehnung – Kräftigung & Entspannung



**Kreislauftraining** KT 1 ab Di. 02.09.2025 – 10:00 Uhr  
KT 2 ab Di. 02.09.2025 – 11:00 Uhr  
KT 4 ab Do. 04.09.2025 – 10:00 Uhr  
Training des Herz-Kreislaufs durch Training großer Muskelgruppen



**Wirbelsäulengymnastik** ab Do. 04.09.2025 – 17:30 Uhr  
Kräftigung & Dehnung von Körper-, Arm- und Beinmuskulatur



**Ganzheitliches Körpertraining** ab Di. 02.09.2025 – 18:00 Uhr  
Sportprogramm sowohl an Geräten, als auch mit unserem eigenen Körpergewicht



**Qi Gong** ab Mo. 22.09.2025 – 18:30 Uhr  
Übungen verbinden Aufmerksamkeit, Atmung und Bewegung  
Selbstzahler 10x für 100 EUR

**Reservierung ab sofort möglich.  
Infos & Gutscheine erhalten Sie direkt in der Praxis.**