

	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
Uhr	Raum 1.	Raum 2.	Raum 1.	Raum 2.	Raum 1.	Raum 2.	Raum 1.	Raum 2.	Raum 1.	Raum 2.	Uhr
08:00		Reha-Sport 8:00-8:50 Uhr (mit Verordnung)	Reha-Sport 8:00-8:50 Uhr (mit Verordnung)						Reha-Sport 8:00-8:45 Uhr (mit Verordnung)		08:00
08:30								Lungensport 8:30-9:20 Uhr (mit Verordnung)			08:30
09:00		Reha-Sport 9:00-9:50 Uhr (mit Verordnung)	Reha-Sport 9:00-9:50 Uhr (mit Verordnung)			Stretch & Relax 9:00-9:50 Uhr Maria			Reha-Sport 9:00-9:45 Uhr (mit Verordnung)		09:00
09:30	Reha-Sport 9:30-10:15 Uhr (mit Verordnung)									Reha-Sport 9:30-10:15 Uhr (mit Verordnung)	09:30
10:00		Reha-Sport 10:00-10:50 (mit Verordnung)	Faszien-Rücken 10:00-10:50 Uhr Henrieta			Pilates 10:00-10:50 Uhr Maria	Reha-Sport 10:00-10:50 Uhr (mit Verordnung)		Reha-Sport <i>Hockergruppe</i> 10:00-10:45 Uhr (mit Verordnung)		10:00
10:30	Reha-Sport 10:30-11:15 Uhr (mit Verordnung)									Reha-Sport 10:30-11:15 Uhr (mit Verordnung)	10:30
11:00											11:00
⋮											⋮
⋮											⋮
⋮											⋮
15:30											15:30
16:00	Reha-Sport 16:00-16:45 Uhr (mit Verordnung)					Lungensport 16:00-16:50 Uhr (mit Verordnung)					16:00
16:30		Reha-Sport 16:30-17:20 Uhr (mit Verordnung)						Reha-Sport 16:30-17:20 Uhr (mit Verordnung)			16:30
17:00	Reha-Sport 17:00-17:45 Uhr (mit Verordnung)		Reha-Sport 17:00-17:50 Uhr (mit Verordnung)			Reha-Sport 17:00-17:50 Uhr (mit Verordnung)			Reha-Sport 17:00-17:50 Uhr (mit Verordnung)	Lungensport (Ausdauer) 17:00-17:50 Uhr (mit Verordnung)	17:00
17:30		Bauch Pur (Henrieta) 17:30-18:00 Uhr				Reha-Sport 17:30-18:15 Uhr (mit Verordnung)	Reha-Sport 17:30-18:20 Uhr (mit Verordnung)				17:30
18:00	Dance Aerobic 18:00-18:55 Uhr Henrieta	Intervall & PMR 18:00-18:50 Uhr Maria	Reha-Sport 18:00-18:50 Uhr (mit Verordnung)			Reha-Sport 18:00-18:50 Uhr (mit Verordnung)		Reha-Sport 18:00-18:50 Uhr (mit Verordnung)			18:00
18:30						Wirbelsäulen- gymnastik 18:30-19:15 Uhr Sibel				Cycling (ab Juli) 18:30-19:15 Uhr Jacqueline	18:30
19:00			Cycling 19:00-19:45 Uhr Jacqueline & Thomas	Functional Tabata 19:00-19:50 Uhr Henrieta	Reha-Sport 19:00-19:50 Uhr (mit Verordnung)		Trampolin Intervall 19:00- 19:50 Uhr Henrieta	Pilates 19:00-20:00 Uhr Maria			19:00
19:30			Cycling 19:45-20:30 Uhr Jacqueline & Thomas								19:30
20:00											20:00

Alle Mitgliederkurse finden ab 4 Teilnehmern statt.

Präventionskurse nach §20 SGB V: Diese werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.
Nur mit Voranmeldung möglich!