

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00 - 09.45 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Johanna	10.00 Uhr - 10.45 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Larissa	09.00 - 09.45 Uhr OSTEOPOROSE + DIABETES mit Angela	09.00 - 10.00 Uhr WIRBELSÄULENSPORT mit Jette	08:30 - 09:15 RÜCKEN FIT mit Anja
10.00 - 10.45 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Johanna	11.00 - 11.45 Uhr REHA LUNGE mit Johanna	10.00 - 10.45 Uhr ORTHOPÄDIE mit Angela	10.00 - 11.00 Uhr PILATES mit Jette	09:15 - 10:00 BALLance mit Anja
11.00 - 11.45 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Johanna	12.00 - 12.45 Uhr REHA LUNGE mit Johanna	11.00 - 11.45 Uhr REHA BEI KREBS mit Birgit	11.05 - 11.45 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Johanna	10.15 - 11.00 Uhr REHA LUNGE mit Anja
13.00 - 13.45 Uhr REHA NEUROLOGIE mit Johanna		12.00 - 12.45 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Birgit	12.00 - 12.45 Uhr REHA NEUROLOGIE mit Johanna	11.15 - 12:00 Uhr REHA HOCKERGYM. Mit Samira
				12.15 - 13:00 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Samira

Kurse am Nachmittag und Abend

16.00 - 16.45 Uhr REHA LUNGENSORT mit Birgit	15.00 - 15.45 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Anja	15.30 - 16.15 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Anja	14.00 - 14.45 Uhr REHA LUNGE mit Birgit	13.15 - 14.00 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Samira (ab Jan. 2025)
17.00 - 17.45 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Birgit	16.00 - 16.45 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Anja	16.15 - 17.00 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Angela (ab Jan. 2025)	15.00 - 16.15 Uhr SENIOREN BLEIBEN IN SCHWUNG mit Iris	17:30 - 19:00 Uhr JAZZ DANCE Leistungsgruppe ab 17 J. mit Claudia
18.00 - 19.00 STARKER RÜCKEN mit Birgit	17.00 - 17.45 Uhr REHASPORT OHNE VO mit Anja	17.00 - 17.45 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Angela (ab Jan. 2025)	16.15 - 17.00 Uhr TANZMINIS mit Tabea (ab Jan. 2025)	19.00 - 20.00 Uhr CHOREO DANCE ab 25 J. mit Claudia
20.00 - 21.45 Uhr JAZZ DANCE ab 18 J. mit Claudia	18.00 - 18.45 Uhr REHA ORTHOPÄDIE mit Anja	18.00 - 19.00 Uhr AROHA mit Anja	17.00 - 17.45 Uhr TANZMINIS mit Tabea (ab Jan. 2025)	
	19.00 - 19.45 Uhr YONGA mit Anja	19.00 - 20.00 Uhr FUNCTIONAL TRAINING mit Birgit	18.00 - 19.00 Uhr PILATES mit Birgit	
			19.00 - 20.00 Uhr PILATES mit Birgit	

Legende:

Rehasport mit Verordnung

Fitness

Jazz Dance

Gesundheitssport