

Kurse im CitySport

Poststr. 7 - 9, 21614 Buxtehude

13.05.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 - 09:45 REHASPORT OHNE VO mit Johanna	10:00 - 10:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Larissa	09:00 - 09:45 REHA ORTHOPÄDIE/ OSTEOPOROSE mit Angela	09:00 - 10:00 WIRBELSÄULENSPORT	08:30 - 09:15 RÜCKEN FIT mit Anja
10:00 - 10:45 REHASPORT OHNE VO mit Johanna	11:00 - 11:45 REHA LUNGE mit Johanna	10:00 - 10:45 ORTHOPÄDIE mit Angela	10:00 - 11:00 PILATES	09:15 - 10:00 BALLance mit Anja
11:00 - 11:45 REHASPORT OHNE VO mit Johanna	12:00 - 12:45 REHA LUNGE mit Johanna	11:00 - 11:45 REHA BEI KREBS mit Birgit	11:05 - 11:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Johanna	10:15 - 11:00 REHA LUNGE mit Anja
13:00 - 13:45 REHA NEUROLOGIE mit Johanna		12:00 - 12:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Birgit	12:00 - 12:45 REHA NEUROLOGIE mit Johanna	11:15 - 12:00 REHA HOCKERGYM. Mit Samira
				12:15 - 13:00 REHA ORTHOPÄDIE mit Samira

Kurse am Nachmittag und Abend

16:00 - 16:45 REHA LUNGENSport mit Birgit	15:00 - 15:45 REHASPORT OHNE VO mit Anja	15:30 - 16:15 REHA ORTHOPÄDIE mit Anja	14:00 - 14:45 REHA LUNGE mit Birgit	13:15 - 14:00 REHASPORT OHNE VO mit Samira
17:00 - 17:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Birgit	16:00 - 16:45 REHASPORT OHNE VO mit Anja	16:15 - 17:00 REHA ORTHOPÄDIE mit Angela	15:00 - 16:15 SENIOREN BLEIBEN IN SCHWUNG mit Iris	17:30 - 19:00 JAZZ DANCE Leistungsgruppe ab 17 J. mit Claudia
18:00 - 19:00 STARKER RÜCKEN mit Birgit	17:00 - 17:45 REHASPORT OHNE VO mit Anja	17:00 - 17:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Angela	16:15 - 17:00 TANZMINIS mit Tabea	19:00 - 20:00 CHOREO DANCE ab 25 J. mit Claudia
20:00 - 21:45 JAZZ DANCE ab 18 J. mit Claudia	18:00 - 18:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Anja	18:00 - 19:00 AROHA mit Anja	17:00 - 17:45 TANZMINIS mit Tabea	
	19:00 - 19:45 YONGA mit Anja	19:00 - 20:00 FUNCTIONAL TRAINING mit Birgit	18:30 - 19:30 OUTDOOR CROSSTRaining mit Birgit	

Legende:

Rehasport mit Verordnung	Fitness	Jazz Dance	Gesundheitssport
---------------------------------	----------------	-------------------	-------------------------