Kurse im CitySport | Poststr. 7 - 9, 21614 Buxtehude | 11.06.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 - 09:45 **ORTHO FIT** mit Johanna		09:00 - 09:45 **REHA ORTHOPÄDIE/ OSTEOPOROSE** mit Angela		09:15 - 10:00 **STARKE KÖRPERMITTE** mit Birgit
10:00 - 10:45 **ORTHO FIT** mit Johanna	10:00 - 10:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Larissa	10:00 - 10:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Angela	10:00 - 10:45 Uhr **BECKENBODENGYMNASTIK** mit Johanna	10:15 - 11:00 **REHA LUNGE** mit Birgit
11:00 - 11:45 **ORTHO FIT** mit Johanna	11:00 - 11:45 **REHA LUNGE** mit Johanna	11:00 - 11:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Birgit	11:00 - 11:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Johanna	11:15 - 12:00 **REHA HOCKERGYM.** Mit Samira
13:00 - 13:45 **REHA NEUROLOGIE** mit Johanna	12:00 - 12:45 **REHA LUNGE** mit Johanna	12:00 - 12:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Birgit	12:00 - 12:45 **REHA NEUROLOGIE** mit Johanna	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 **ORTHO FIT** mit Christine	16:00 - 16:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Larissa	14:00 - 14:45 **REHA LUNGE** mit Birgit	13:15 - 14:00 **ORTHO FIT** mit Samira
17:00 - 17:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Birgit	16:00 - 16:45 **ORTHO FIT** mit Christine	17:00 - 17:45 **REHA ORTHOPÄDIE** mit Larissa	15:00 - 16:00 **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 **ORTHO FIT** mit Angela	18:00 - 19:00 **AROHA** mit Anja	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 Angela	19:00 - 20:00 **FUNCTIONAL TRAINING** mit Birgit	17:00 - 17:45 **TANZMINIS** mit Tabea	
			18:00 - 19:00 **PILATES** mit Birgit	
			19:00 - 20:00 **PILATES** mit Birgit	

Rehasport mit Verordnung | **Fitness** | **Jazz Dance** | **Sonstiges**