

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 - 09:45 ORTHO FIT mit Johanna	11:00 - 11:45 REHA LUNGE mit Johanna	09:15 - 10:00 REHA ORTHOPÄDIE mit Alex	10:00 - 10:45 Uhr BECKENBODENGYMNASTIK mit Johanna	11:15 - 12:00 REHA HOCKERGYM. Mit Samira
10:00 - 10:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Johanna	12:00 - 12:45 REHA LUNGE mit Johanna	10:15 - 11:00 REHA ORTHOPÄDIE mit Alex	11:00 - 11:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Johanna	12:15 - 13:00 REHA ORTHOPÄDIE mit Samira
11:00 - 11:45 REHA ORTHOPÄDIE mit Johanna			12:00 - 12:45 REHA NEUROLOGIE mit Johanna	13:15 - 14:00 ORTHO FIT mit Samira
13:00 - 13:45 REHA NEUROLOGIE mit Johanna				

Kurse am Nachmittag und Abend

17:00 - 18:00 FIT IN DER SCHWANGERSCHAFT mit Clara (ab Januar 2027)	15:00 - 15:45 ORTHO FIT mit Christine	18:00 - 19:00 AROHA mit Anja	15:00 - 16:00 SENIOREN BLEIBEN IN SCHWUNG mit Iris	16:45 - 17:30 TANZMINIS mit Tabea
18:00 - 19:00 STARKER RÜCKEN mit Alena	16:00 - 16:45 ORTHO FIT mit Christine	19:00 - 20:00 FUNCTIONAL TRAINING mit Birgit	16:45 - 17:30 TANZMINIS mit Tabea	17:30 - 19:00 JAZZ DANCE Leistungsgruppe ab 17 J. mit Claudia
20:00 - 21:45 JAZZ DANCE ab 18 J. mit Claudia			18:00 - 19:00 PILATES mit Birgit	19:00 - 20:00 CHOREO DANCE ab 25 J. mit Claudia
			19:00 - 20:00 PILATES mit Birgit	
	Rehasport mit Verordnung	Fitness	Jazz Dance	Sonstiges