

Kursplan

für Mitglieder, keine
Anmeldung erforderlich

wöchentlich wechselnde
Themen (s. Aushänge)

Krankenkassengefördert.
Anmeldung erforderlich

ärztl. Verordnung
erforderlich

stationäre Patienten

UHRZEIT	MONTAG		DIENSTAG		MITWOCHE		DONNERSTAG		FREITAG				
	Kursraum	Empore	Kursraum	Empore	Kursraum	Empore	Kursraum	Empore	Kursraum	Empore			
08:00	Kurskurs						Kurskurs		Kurskurs				
08:15													
08:30													
08:45													
09:00	Yoga		RückenFit		Kurskurs		Rehasport		Rehasport COPD				
09:15													
09:30													
09:45													
10:00	Rehasport		Kurskurs		Rehasport		Pilates		Rehasport Neuro				
10:15													
10:30													
10:45													
11:00	Rehasport								Rehasport				
11:15			11:20 Kniegruppe		11:20 Kniegruppe		11:20 Kniegruppe			11:20 Kniegruppe			
11:30													
11:45													
12:00									Rehasport				
12:15													
12:30													
12:45													
14:00													
14:15													
14:30													
14:45													
15:00													
15:15													
15:30													
15:45													
16:00	Rehasport		Rehasport		Rehasport		Rehasport		Rehasport				
16:15													
16:30													
16:45													
17:00	Rehasport		Rehasport		Rehasport	Athletik-Cross		Athletik-Cross		Athletik-Cross			
17:15													
17:30				Kurskurs									
17:45													
18:00	RückenFit		Rehasport		Rehasport	Kurskurs		Kurskurs					
18:15													
18:30													
18:45													
19:00	Yoga		Fit & Vital Präventionskurs		FaszienFit		RückenFit		Rehasport	Yoga			
19:15													
19:30													
19:45													
20:00			Autogenes Training Präventionskurs		Rehasport		Rehasport		Rehasport				
20:15													
20:30													
20:45													