

* = förderfähige Präventionskurse nach §20 SGB V

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
7.00			07.45 Uhr - 8.30 Uhr Rehasport Osteoporose		
8.00			08.45 Uhr - 09.30 Uhr Rehasport Osteoporose		
9.00					
10.00				10.30 Uhr - 11.30 Uhr YOGILATES NEU!!!ab 02.12.21	
11.00			11.00 Uhr - 11.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		11.30 Uhr - 12.15 Uhr Rehasport Wirbelsäule
12.00			12.00 Uhr - 12.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		12.30 Uhr - 13.15 Uhr Rehasport Wirbelsäule
13.00					13.30 Uhr -14.15 Uhr Rehasport Wirbelsäule
14.00			14.00 Uhr - 14.45 Uhr Rehasport Schulter/Nacken	14.00 Uhr - 14.45 Uhr Rehasport Schulter/Nacken	14.30 Uhr - 15.15 Uhr Rehasport Wirbelsäule
15.00		14.45 Uhr - 15.30 Uhr Rehasport Hüfte/Knie	15.00 Uhr - 15.45 Uhr Rehasport Schulter/Nacken	15.00 Uhr - 15.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule	
16.00		16.00 Uhr - 16.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		16.00 Uhr - 16.45 Uhr Rehasport Hüfte/Knie	
17.00		17.00 Uhr - 17.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule	17.00 Uhr - 18.00 Uhr Beachbody Elite	17.20-18.50 Uhr *Päventionskus YOGA I	
18.00		18.00 Uhr - 18.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		19.00-20.00 Uhr OUTDOOR Funktionelles Training	
19.00				19.10-20.40 Uhr * Präventionskurs YOGA II	

