

# Kursplan Rehabilitations-, Präventions- und Selbstzahlerkurse 2022

Stand 20.05.2022

\* = förderfähige Präventionskurse nach §20 SGB V/SZ=Selbstzahlerkurs

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00					08.00 Uhr - 08.45 Uhr KURS SZ Aquafitness Planung ab 9/22
9.00			08.45 Uhr - 09.30 Uhr Rehasport Osteoporose		08.45 Uhr - 09.30 Uhr KURS SZ Aquafitness Planung ab 9/22
10.00			09.45 Uhr - 10.30 Uhr Rehasport Hüfte/Knie		
11.00			11.00 Uhr - 11.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule	11.30 Uhr - 12.30 Uhr SZ Kurs YOGILATES ab 02.06.2022	
12.00			12.00 Uhr - 12.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		12.30 Uhr - 13.15 Uhr Rehasport Wirbelsäule
13.00				13.00 Uhr -13.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule	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	
15.00		14.45 Uhr - 15.30 Uhr RS Hüfte/Knie bis 14.06.22	15.00 Uhr - 15.45 Uhr Rehasport Schulter/Nacken	15.00 Uhr - 15.45 Uhr RS Wirbelsäule bis 16.06.22	
16.00	NEU 16.00 Uhr - 16.45 Uhr RS Hüfte/Knie ab 20.06.22	16.00 Uhr - 16.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		16.00 Uhr - 16.45 Uhr Rehasport Hüfte/Knie	
17.00	NEU 17.00 Uhr - 17.45 Uhr Wirbelsäule ab 20.06.22	RS 17.00 Uhr - 17.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule		17.20-18.50 Uhr Kurs YOGA Prävention* NEU ab 08.09.22	17.30 Uhr - 18.30 Uhr SZ Kurs Beachbody NEU ab 10.06.22
18.00		18.00 Uhr - 18.45 Uhr Rehasport Wirbelsäule			
19.00				19.10-20.40 Uhr Kurs YOGA Prävention* NEU ab 08.09.22	
20.00				19.30-20.30 Uhr OUTDOOR Funktionelles Training -SZ-	

