Gesundheit

hat einen Namen

Reha-Sport-Bildung e.V.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Faszien- Beckenboden-Mix *10.00 – 10.45 Uhr*	Alltagsstark* 9.00 – 09.45 Uhr	Yoga* 9.15 – 10.00 Uhr	*Alltagsstark** *09.00 – 09.45 Uhr*	*Rückenschule** *10.30 – 11.15 Uhr*		
*Rückenschule** *11.00 – 11.45 Uhr*	*Lungensport mit Reha-Verordnung* *9.00 – 09.45 Uhr*	*Beckenbodengymnastik* *10.15 – 11.00 Uhr*	*Mobitrain** *10.00 – 10.45 Uhr*			
	Alltagsstark* *10.00 – 10.45 Uhr*	*Rückenschule** *11.00 – 11.45 Uhr*	*Alltagsstark** *11.00 – 11.45 Uhr*			
	*Mobitrain** *11.00 – 11.45 Uhr*	***Reha-Sport-Gruppe*** ***12.00 – 12.45 Uhr***				
	Reha-Sport-Gruppe ***14.00 – 14.45 Uhr***		***Reha-Sport-Gruppe*** ***14.00 – 14.45 Uhr***	***Reha-Sport-Gruppe*** ***16.00 – 16.45 Uhr***		
Reha-Sport-Gruppe ***16.00 – 16.45 Uhr***						
*Yoga** *17.15 – 18.30 Uhr*		Funktionelles Training* *17.00 – 17.45 Uhr*	Funktionelles Training* *17.00 – 17.45 Uhr*	Zumba *17.00 – 17.45 Uhr* *(nur in ungerader Woche)*		
		*Rückenschule** *18.00 – 18.45 Uhr* (mit Kettlebell)	*Rückenschule** *18.00 – 18.45 Uhr*	Pump *18.00 – 18.45 Uhr*		
*Rückenschule** *19.00 – 19.45 Uhr*	*Pilates* *18.30 – 19.15 Uhr*	*Herz-Kreislauf-Radtraining** *18.00 – 18.45 Uhr*	*Mobitrain** *19.00 – 19.45 Uhr*		mit * 10er Präventionskurs 99€ (Bezuschussung Krankenkasse)	
Ganzkörpertraining *20.00 – 20.45 Uhr*	*Stabilisation & Koordination* *19.30 – 20.15 Uhr*	***Reha-Sport-Gruppe*** ***19.00 – 19.45 Uhr***			ohne * 10er Kurskarte 60€ (Keine Bezuschussung)	

www.reha-sport-bildung.de

Gesundheits Sport des REHA-SPORT-BILDUNG e.V.

© by ACISO · www.aciso.com © 2021 JupiterImages Corporation | RSB de 0421