

Rehasport für den Stütz- und Bewegungsapparat

Gruppentraining 2025



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Reha Gymnastik 9:15 - 10:00	Rücken & Gelenke 9:15 - 10:00	Reha Gymnastik 9:15 - 10:00	Reha Gymnastik 9:15 - 10:00	Rücken & Gelenke 9:15 - 10:00
Reha Gymnastik 11:15 - 12:00	Schulter / Nacken 10:15 - 11:00	Hüfte / Knie 10:15 - 11:00	Rücken & Gelenke 10:15 - 11:00	Reha Gymnastik 10:15 - 11:00
Reha Gymnastik 12:15 - 13:00	Hüfte / Knie 11:15 - 12:00	Rücken & Dehnung 11:15 - 12:15	Reha Gymnastik 10:15 - 11:00	
Reha Gymnastik 16:00 - 16:45		Reha Gymnastik 16:00 - 16:45		
Reha Gymnastik 17:00 - 17:45		Reha Gymnastik 17:00 - 17:45	Rücken & Gelenke 17:00 - 17:45	
	Rücken & Gelenke 18:00 - 18:45	Rücken & Gelenke 17:45 - 18:30	Reha Gymnastik 18:00 - 18:45	
Ganzkörper aktiv 19:00 - 19:45	Rücken & Gelenke 19:00 - 19:45	Reha & Pilates 18:45 - 19:30	Rücken & Gelenke 19:00 - 19:45	
		Reha & Pilates 19:30 - 20:15		

