

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
9:00 - 9:45 10:00 - 10:45 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	9:30 - 10:15 10:30 - 11:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	10:00 - 10:45 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	9:00 - 9:30 Expresskurs Zusatzangebot zum Rehasport	FGZ	9:30 - 10:15 10:30 - 11:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ
9:00 - 9:45 10:00 - 10:45 Rehasport Wassergymnastik	Hallenbad	15:00 - 15:45 16:00 - 16:45 17:45 - 18:30 Rehasport Wassergymnastik	Hallenbad	15:30 - 16:15 16:30 - 17:15 Rehasport Wassergymnastik	Hallenbad	10:00 - 10:45 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	12:00 - 12:45 13:00 - 13:45 Rehasport Wassergymnastik	Hallenbad
15:30 - 16:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	16:15 - 16:45 Expresskurs Zusatzangebot zum Rehasport	FGZ	17:30 - 18:15 AquaFitnes 80% - 100% Zuschuss K.K.	Hallenbad	15:00 - 15:45 16:15 - 17:00 17:30 - 18:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	18:00 - 19:30 Yoga mit Nadine	FGZ
17:00 - 17:45 18:00 - 18:45 19:00 - 19:45 Rehasport Wassergymnastik	Hallenbad	17:30 - 18:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	18:30 - 19:15 Rehasport Wassergymnastik	Hallenbad	18:15 - 19:15 	FGZ	Präventionskurse über Krankenkasse: Aqua Fitness Rückenschule Wirbelsäulengymnastik Nordic Walking 80% - 100% Zuschuss der Krankenkasse !!! Abt. Rehasport: Frank Reinecke 0151 51349975 Abt. Fitness / Prävention: Claudia Lerch 0171 8120039 Steffen Fuhlrott 0160 96262792 Abt. Yoga: Nadine Dietrich 0176 21791592	
17:45 - 18:30 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	18:30 - 19:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	18:00 - 18:45 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	18:30 - 19:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ		
18:30 - 19:30 Body Fit Ganzkörpertraining	FGZ	19:00 - 20:00 Nordic Power/Laufcoaching 80% - 100% Zuschuss K.K.	Outdoor	18:00 - 18:45 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	19:00 - 19:45 AquaFitness 80% - 100%	FGZ		
19:45 - 20:45 	FGZ	19:00 - 20:00 	FGZ	19:00 - 19:45 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	19:30 - 20:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ		
18:45 - 19:45 DRUMS ALIVE Fitness & Trommeln 	FGZ	19:30 - 20:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ	19:00 - 20:00 Body Fit Ganzkörpertraining	FGZ	19:30 - 20:15 Rehasport Trockengymnastik	FGZ		
				20:15 - 21:15 Body Power Functional Circuit Training	FGZ				