

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
08:00	Wirbelsäule (Pilates) <sup>R</sup>	Wirbelsäule (Pilates) <sup>R</sup>	Wirbelsäule Mobilisation <sup>R</sup>		Yoga	08:00
09:00	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Nacken & Schulter	Wirbelsäule <sup>R</sup>	09:00
10:00	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Parkinson Gruppe <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Hüft- und Kniegymnastik <sup>R</sup>	10:00
11:00	Wirbelsäule (leicht) <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Hockergymnastik <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Hockergymnastik <sup>R</sup>	11:00
12:00	Wirbelsäule (leicht) <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Fit im Alter <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Parkinson Gruppe <sup>R</sup>	12:00
13:00	Wirbelsäule (leicht) <sup>R</sup>	Sturzprophylaxe <sup>R</sup>	Wirbelsäule (leicht) <sup>R</sup>	Hockergymnastik <sup>R</sup>	Sturzprophylaxe <sup>R</sup>	13:00
14:00			Wirbelsäule <small>(ab 10.01.24)</small> <sup>R</sup>			14:00
15:00	Hüft- und Kniegymnastik <sup>R</sup>		Hüft- und Kniegymnastik <small>(ab 10.01.24)</small> <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>		15:00
16:00	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>		16:00
17:00	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Nacken & Schulter <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Bauchtanz (Mädchen)	17:00
18:00	Autogenes Training	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule (Pilates) <sup>R</sup>	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Bauchtanz (Damen)	18:00
19:00	Wirbelsäule <sup>R</sup>	Wirbelsäule Mobilisation <sup>R</sup>	Wirbelsäule (Pilates) <sup>R</sup>			19:00
20:00	Wirbelsäule <sup>R</sup>					20:00

<sup>R</sup> **Rehasport**  
Kurse sind im Rahmen der Rehasportverordnung anerkannt.

Es gelten die Regeln unserer Hausordnung.