

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
08:00	Wirbelsäule (Pilates) ^R	Wirbelsäule (Pilates) ^R	Wirbelsäule Mobilisation ^R	Yoga Nidra (Start 20.06.2024)	Yoga	08:00
09:00	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R	Nacken & Schulter	Wirbelsäule ^R	09:00
10:00	Wirbelsäule ^R	Parkinson Gruppe ^R	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R	Hüft- und Kniegymnastik ^R	10:00
11:00	Wirbelsäule (leicht) ^R	Wirbelsäule ^R	Hockergymnastik ^R	Wirbelsäule ^R	Hockergymnastik ^R	11:00
12:00	Wirbelsäule (leicht) ^R	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule (leicht) ^R	Wirbelsäule ^R	Parkinson Gruppe ^R	12:00
13:00	Wirbelsäule (leicht) ^R	Sturzprophylaxe ^R	Wirbelsäule (leicht) ^R	Hockergymnastik ^R	Sturzprophylaxe ^R	13:00
14:00			Wirbelsäule ^R			14:00
15:00	Hüft- und Kniegymnastik ^R	Wirbelsäule n. Liebscher-Bracht ^R	Hüft- und Kniegymnastik ^R	Wirbelsäule ^R		15:00
16:00	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R		16:00
17:00	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule ^R	Nacken & Schulter ^R	Wirbelsäule ^R	Bauchtanz (Mädchen)	17:00
18:00	Autogenes Training	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule (Pilates) ^R	Wirbelsäule ^R	Bauchtanz (Damen)	18:00
19:00	Wirbelsäule ^R	Wirbelsäule Mobilisation ^R	Wirbelsäule (Pilates) ^R	Wirbelsäule Pilates Power ^R		19:00
20:00	Wirbelsäule ^R			Yoga		20:00

^R **Rehasport**
Kurse sind im Rahmen der Rehasportverordnung anerkannt.

Es gelten die Regeln unserer Hausordnung.