

| | Mo | Di | Mi | Do | Fr | Sa |
|-------|---------------------------------------|--|---------------------------------------|--|--------------------------------------|-------|
| 08:00 | Wirbelsäule Mobilisation ^R | Wirbelsäule (Pilates) ^R | Wirbelsäule Mobilisation ^R | Hüft- und Kniegymnastik ^R | Yoga | 08:00 |
| 09:00 | Wirbelsäule ^R | Wirbelsäule ^R | Wirbelsäule ^R | Nacken & Schulter ^R | 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 | Hockergymnastik ^R | 12:00 |
| 13:00 | Hockergymnastik ^R | Sturzprophylaxe ^R | Wirbelsäule (leicht) ^R | Hockergymnastik ^R | Sturzprophylaxe ^R | 13:00 |
| 14:00 | | | Wirbelsäule ^R | Hüft- und Kniegymnastik ^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 (Anfänger) | 17:00 |
| 18:00 | Autogenes Training | Wirbelsäule ^R | Wirbelsäule (Pilates) ^R | Wirbelsäule ^R | Bauchtanz (Fortgeschrittene) | 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.