



Alle REHASPORTGRUPPEN sind anerkannt, zertifiziert und DBS geprüft

05/15 **Unser ambulantes Bewegungsangebot**
für ärztlich verordneten Rehabilitationssport

MITGLIED
im



PARTNER



Mo.	10:30 - 11:30 Uhr	>	Wirbelsäule, Knie- und Hüftgelenke	DTHGy
	11:30 - 12:30 Uhr	>	Krebsnachsorge	DTHGy
	13:45 - 14:45 Uhr	R	Krebsnachsorge	DTHGy
	14:45 - 15:45 Uhr	R	Osteoporose	DTHGy
	17:30 - 18:30 Uhr	>	Wirbelsäule, knie- und Hüftgelenke	DTH 1 u.2
	17:30 - 18:30 Uhr	>	Lebenshilfe GB - Gymnastik A	DTH Gy
	17:30 - 18:30 Uhr	>	Lebenshilfe GB - Gymnastik B	DTH Gy
	18:30 - 20:00 Uhr	>	Lebenshilfe GB - Basketball A + B	DTH 1 u.2
Di.	10:00 - 11:00 Uhr	>	Wirbelsäule/ Krebsnachsorge	DTHGy
	11:00 - 12:00 Uhr	>	Wirbelsäule/ Krebsnachsorge	DTHGy
	13:00 - 14:00 Uhr	>	Wassergymnastik	HB
	14:45 - 16:45 Uhr	i. V	Krebsnachsorge A + B	DTHGy
	16:45 - 17:45 Uhr	>	Osteoporose	DTHGy
	17:30 - 18:30 Uhr	>	Wirbelsäule, Knie- und Hüftgelenke	DTH 1
	17:30 - 18:30 Uhr	>	Krebsnachsorge	DTH 1
	18:00 - 19:00 Uhr	>	Warmwassergymnastik Therapie - Bad	Altenmarkt
	19:00 - 20:00 Uhr	>	Warmwassergymnastik Therapie - Bad	Altenmarkt
	20:00 - 21:00 Uhr	>	Warmwassergymnastik Therapie - Bad	Altenmarkt
19:45 - 20:45 Uhr	>	Wassergymnastik/ LH GB Schwimmen	HB	
Mi.	09:45 - 10:45 Uhr	>	Osteoporose	DTHGy
	18:30 - 19:30 Uhr	>	Wirbelsäule/ Krebsnachsorge	TH Sonne
	19:30 - 20:30 Uhr	>	Wirbelsäule / Krebsnachsorge	TH Sonne
	19:30 - 20:30 Uhr	R	Krebsnachsorge	DTHGy
Do.	08:30 - 09:30 Uhr	>	Wirbelsäule / Krebsnachsorge	DTHGy
	09:30 - 10:30 Uhr	>	Osteoporose	DTHGy
	09:45 - 10:30 Uhr	>	Asthma / Allergien	Te Gy
	10:30 - 11:15 Uhr	>	Diabetes I/II	Te Gy
	10:45 - 11:45 Uhr	>	Wirbelsäule, Krebsnachsorge	DTHGy
	17:30 - 18:30 Uhr	>	Herz/Koronar 1	DTHGy
	18:30 - 19:30 Uhr	>	Herz/Koronar 2	DTHGy
	18:00 - 19:00 Uhr	>	Warmwassergymnastik Therapie - Bad	Altenmarkt
	19:00 - 20:00 Uhr	>	Warmwassergymnastik Therapie - Bad	Altenmarkt
20:00 - 21:00 Uhr	>	Warmwassergymnastik Therapie - Bad	Altenmarkt	
Fr.	10:45 - 11:45 Uhr	R	Osteoporose	DTHGy

Gesundheitssport für Erwachsene und Ältere

Mo.	09:30 - 10:30 Uhr	>	Gymnastik im Sitzen 1	DTHGy
	16:00 - 17:00 Uhr	>	Gymnastik im Sitzen 2	DTHGy
Di.	17:00 - 18:00 Uhr	>	TANZGYMNASTIK	DTH 1
	18:30 - 19:30 Uhr	>	Gymnastik und Spiel + Sitzball	DTH 1 u.2
Do.	18:00 - 20:00 Uhr	>	Kegelsport SG1 und SG 2	Sportheim
Fr.	09:30 - 10:30 Uhr	R	Gymnastik im Sitzen 3	DTHGy

Sportsstätten:

DTH: Doppelturnhalle (Hallenbad), DTHGy: Doppelturnhalle (Gymnastikraum), HB: Hallenbad
THGN: Turnhalle Grundschule Nord, TH-Sonne: Turnhalle Sonnenschule, TeGy: Tennispark (Gymnastikraum,
TuS 3TH: TuS-3fach Turnhalle. KaTH: Kadlec-Turnhalle (Geräte-Halle) an der Jahn-Turnhalle