

REHASPORT &
PRÄVENTIONSKURSE (nach §20 SGB V)
KURSPLAN
GÜLTIG AB 12/2020

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

10:15 - 11:00

Rehasport

(nach ärztl. Verordnung)
(Dani)

09:00 - 10:00

**Five
Beweglichkeit**
(Daniel)

16:30 - 17:30

**Five
Beweglichkeit**
(Felix)

17:45 - 18:45

**Flexible
Training**
(Alex)

18:00 - 19:00

**Gesunder
Rücken**
(Alex)

19:00 - 20:00

**Functional
Training vital**
(Alex)

19:15 - 20:00

Rehasport
(nach ärztl. Verordnung)
(Andrea)

19:15 - 20:00

Rehasport
(nach ärztl. Verordnung)
(Andrea)

**ÄNDERUNGEN
VORBEHALTEN!**

**ANMELDUNG
ERFORDERLICH!**

Präventionskurse sind in der Mitgliedschaft Kurse nicht enthalten. Die Anmeldung zu den Präventionskursen ist online oder an der Rezeption Fitness möglich. Rehasport nur mit ärztlicher Verordnung. Bitte beachten.