

Kursplan 2026

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag
	2. OG	4. OG	S.-Halle	2. OG	4. OG	S.-Halle	2. OG	4. OG	S.-Halle	2. OG	4. OG	S.-Halle	2. OG	4. OG	S.-Halle	2. OG
Zeiten																
07:00				Reha						Reha			Reha			
07:30																
08:00	Reha			Reha			Reha Herz			Reha			Reha	Reha		
08:30		Spiraldyn./Yoga														
09:00	Reha Hocker			Reha			Reha			Reha	Reha Knie		Reha	Reha		
09:30																
10:00	Reha			Reha			Reha	Yoga		Reha	Reha		Reha	Reha		
10:30																
11:00	Reha	Reha		Reha			Reha Hocker			Reha	Reha		Reha	Reha		
11:30																
12:00	Reha Osteo	Reha		Reha			Rücken			Reha	Reha		Reha Osteo			
12:30																
13:00	Reha			Reha						Reha Osteo	Reha		Reha			
13:30																
14:00	Reha			Reha	Reha Knie		Reha	Reha		Reha			Reha			
14:30																
15:00	Reha			Reha	Reha		Reha	Reha		Reha						
15:30																
16:00	Reha		Aqua	Reha	Reha			Reha		Reha	Reha	Aqua Zumba			Aqua	
16:30																
17:00	Reha		Aqua	Yoga			Zumba 16:50 Uhr	Reha		Reha					Aqua	
17:30																
18:00			Aqua	Reha		Aqua	Zumba	Reha	Aqua						Aqua	
18:30																
19:00			Aqua	Reha		Aqua			Aqua			Aqua Zumba			Aqua	
19:30																
20:00						Aqua			Aqua						Aqua	
20:30																

* Änderungen vorbehalten

Legende:

	Rehasport
	Rehasport Hocker (keine Bodenübungen)
	Rehasport Osteoporose
	Rehasport Knie
	Herzsport
	Aquafitness / Wassergymnastik
	Privatkurse
S.-Halle	Schwimmhalle im Haus R

