|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kursplan 2021** | | | | | | | | | | |
| **Uhrzeit** | **Montag** | | **Dienstag** | | **Mittwoch** | | **Donnerstag** | | **Freitag** | |
| **08:00 – 08:45** | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Gelenke mit Anja | Reha mit Sonja | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Gelenke mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Sabine |  |
|  | | | | | | | | | | |
| **09:00 – 09:45** | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Reha mit Anja | Reha mit Sonja | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Reha mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Sabine | LuPi’s mit Anja |
| **09:45 – 10:30** | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Reha mit Anja | Reha mit Sonja | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Reha mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Sabine | LuPi’s mit Anja |
|  | | | | | | | | | | |
| **10:45 – 11:30** | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Reha mit Anja | Reha mit Sonja | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | Reha mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Sabine | LuPi’s mit Anja |
| **11:30 – 12:15** | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | **11:45** Lungensport mit Anja | **11:45** locker auf dem Hocker mit Sonja | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja | **11:45** locker auf dem Hocker mit Anja | **11:45**  locker auf dem Hocker mit Elke | Reha mit Sabine | LuPi’s mit Anja |
|  | | | | | | | | | | |
| **12:30 – 13:15** | Reha mit Sabine | Reha mit Sonja |  |  | Reha mit Sabine |  |  |  |  |  |
| **Pause** | | | | | | | | | | |
| **14:00 – 14:45** | Neurologie mit Anja |  | Lupi’s mit Anja |  | Herzsport mit Anja |  |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
| **15:00 – 15:45** | Lungensport mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Eileen | Reha mit Sabine | Lungensport mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Eileen | Reha mit Sonja |  |  |
| **16:00 – 16:45** | Reha mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Stephen | Reha mit Sabine | Reha mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Eileen | Beckenbodent. für Frauen mit Sonja |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
| **17:00 – 17:45** | Krebsnach-  sorge mit Anja | Reha mit Elke | Reha mit Stephen | Reha mit Sabine | Beckenbodent. für Männer mit Stephen | Reha mit Elke | Reha mit Eileen | TeensReha mit Sonja |  |  |
| **18:00 – 18:45** | Reha mit Elke | Reha mit Eileen | Reha mit Stephen | BMI plus mit Sabine | Reha mit Stephen | Reha mit Elke | Reha mit Eileen | Reha mit Sonja |  |  |
|  | | | | | | | | | | |
| **19:00 – 19:45** | YOGA mit Elke | Reha mit Eileen |  | Pilates mit Sabine | Fatburner mit Stephen | YOGA mit Elke | BMI plus mit Eileen | Reha mit Sonja |  |  |
| **20:00 – 20:45** |  | Reha mit Eileen |  | Latin Dance mit Sabine |  |  |  |  |  |  |