

# KURSPLAN

für Reha- und Vereinssport

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	9.00- 9.45 Uhr <b>WSG</b>	9.00- 9.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	9.00- 9.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	
	9.00- 9.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	10.00- 10.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	11.00- 11.45 Uhr <b>WSG</b>	10.00- 10.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät
11.00- 11.45 Uhr <b>WSG</b>	11.00- 11.45 Uhr <b>WSG</b>		12.00- 12.45 Uhr <b>WSG</b>	12.00- 13.00 Uhr <b>Herzsport</b>
13.00- 14.00 Uhr <b>Herzsport</b>	13.00- 13.45 Uhr <b>WSG</b>	13.00- 14.00 Uhr <b>Herzsport</b>	13.00- 14.00 Uhr <b>Herzsport</b>	13.00- 13.45 Uhr <b>WSG</b>
14.00- 14.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät		14.00- 14.45 Uhr <b>Lungensport</b>		
14.00- 14.45 Uhr <b>Lungensport</b>	15.00- 15.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	16.00- 16.45 Uhr <b>WSG</b>	15.00- 15.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	
16.00- 16.45 Uhr <b>WSG</b>		17.00- 17.45 Uhr <b>Neurosport</b>		
18.00- 18.45 Uhr <b>Reha Fit</b>	17.00- 17.45 Uhr <b>WSG</b>	18.00- 18.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	18.00- 18.45 Uhr <b>WSG</b>	
20.00- 20.45 Uhr <b>Gymnastik</b> +/- Kleingerät	20.00- 20.45 Uhr <b>WSG</b>	19.00- 19.55 Uhr <b>Reha Balance</b>		19.00- 19.45 Uhr <b>WSG</b>



## **Rehasport ohne zweckgebundene Mitgliedschaft**

Diese Kurse können im Rahmen des Rehabilitationssports mit gültiger Verordnung ohne Zuzahlung besucht werden. Ein CheckIn ist erst ab 15 Minuten vor Kursbeginn möglich.

## **Rehasport mit zweckgebundene Mitgliedschaft**

Individuelle Gymnastik mit Kleingeräten. Gezielte Empfehlungen werden je nach Indikation & Einschätzung des Therapeuten beim Beratungsgespräch gegeben. Die Gerätenutzung kann entweder nach dem Kurs oder Mo - Sa von 10.00 - 17.00 Uhr stattfinden.

## **Vereinsport**

Diese Kurse können im Rahmen des Vereinsports besucht werden. Die Gerätenutzung kann entweder nach dem Kurs oder Montag - Samstag von 10.00 - 17.00 Uhr stattfinden.

## **Allgemeines**

Für diese Kurse benötigen Sie feste Sportschuhe und ein Handtuch. Wir bitten Sie, zu den Kursen pünktlich zu erscheinen und diese nicht vorzeitig zu verlassen. Zu Beginn Ihrer Rehasportverordnung legen Sie zusammen mit Ihrem Therapeuten Ihre Kurszeiten fest. Ein einmaliger Wechsel auf eine andere Kurszeit ist möglich. Bei Verhinderung an einem vereinbarten Termin bitten wir spätestens 3 Stunden vor dem Termin um Absage.

Vereins-/ Rehasportzeiten: Mo - Sa 10.00 - 17.00 Uhr und zu den Kurszeiten  
(An Sonn- und Feiertagen findet kein Vereins- und Rehasport statt)