

Freizeitsport für Rehabilitanden

gültig ab 10.06.2024



	15:00	15:15	15:30	15:45	16:00	16:15	16:30	16:45	17:00	17:15	17:30	17:45	18:00	18:15	18:30	18:45	19:00	19:15	19:30	19:45	20:00	20:15	20:30	20:45	21:00
Montag																									
	Zur freien Verfügung													Rücken & Bauch Fit		Badminton <small>von Teilnehmern für Teilnehmern</small>									
	Fitnessraum															Fitnessraum		Schwimmbad		Schwimmbad					
Dienstag																									
	Zur freien Verfügung													Gleichgewicht & Koordination	Dance Fitness		Tischtennis Training								
	Fitnessraum															Fitnessraum		Schwimmbad		Schwimmbad					
Mittwoch																									
	Zur freien Verfügung													Workout <small>ganzer Körper</small>	Zur freien Verfügung										
	Fitnessraum															Fitnessraum		Schwimmbad		Schwimmbad					
Donnerstag																									
	Zur freien Verfügung													Ganzkörper-Kräftigung	Dehnung u. Stretch	Zur freien Verfügung									
	Fitnessraum															Fitnessraum		Aquafitness		Schwimmbad					

- Schwimmbad
- Sporthalle
- Fitnessraum