

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		
09:00 – 09:45 Wirbelsäulengymnastik	Freies Gerätetraining		09:00 – 09:45 Gerätezirkel Rücken Vital	09:00 – 09:45 Wirbelsäulengymnastik	Freies Gerätetraining	09:00 – 09:45 Rehasport	09:15 – 10:00 Gerätezirkel Rücken Vital		09:00 – 09:45 Gerätezirkel Rücken Vital	
	10:15 – 11:00 Gerätezirkel Rücken Vital	10:00 – 10:45 Osteoporosegymnastik	Freies Gerätetraining		10:00 – 10:45 Gerätezirkel Rücken Vital	10:00 – 10:45 WSG + Entspannung	10:15 – 11:00 Gerätezirkel Senioren	10:00 – 10:45 WSG Nacken/Schulter	Freies Gerätetraining	
11:15 – 12:00 Rehasport	11:30 – 12:15 Gerätezirkel Senioren	11:15 – 12:00 Rehasport		11:15 – 12:00 Rehasport	Freies Gerätetraining	11:15 – 12:00 Rehasport	11:15 – 12:00 Rehasport	11:45 – 12:30 Gerätezirkel Rücken Vital		11:15 – 12:00 Rehasport
12:15 – 13:00 Rehasport	Freies Gerätetraining		12:05 – 12:50 Gerätezirkel Senioren	12:15 – 13:00 Rehasport Hocker						12:15 – 13:00 Rehasport Hocker
Bürozeit 13:00 - 14:00 Uhr		Bürozeit 13:00 - 14:00 Uhr		Bürozeit 13:00 - 14:00 Uhr		Bürozeit 13:00 - 14:00 Uhr		Bürozeit 13:00 - 14:00 Uhr		
16:00 – 16:45 Rehasport	Freies Gerätetraining					16:00 – 16:45 WSG	Freies Gerätetraining			
	17:00 – 17:45 Gerätezirkel Rücken Vital		17:00 – 17:45 Gerätezirkel Rücken Vital	17:00 – 17:45 Rehasport Mult. Sklerose		17:15 – 18:00 Rehasport				
18:15 – 19:00 Rehasport	Freies Gerätetraining	18:00 – 18:45 WSG + Entspannung	Freies Gerätetraining	18:15 – 19:00 Rehasport	Freies Gerätetraining	18:15 – 19:00 Rehasport				
	19:15 – 20:00 Gerätezirkel Intensiv	19:15 – 20:00 Rehasport		19:15 – 20:00 WSG Intensiv			19:15 – 20:00 Gerätezirkel Intensiv		Rehabilitationssport	
								Vitalsport/Prävention Gymnastik		
								Vitalsport/Prävention Gerätezirkel		