
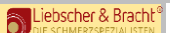


# Kursraumplan ab 01. Sep. 2023

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00							
08:05 - 08:50	08:05 - 08:50	08:05 - 08:50			08:05 - 08:55		
08:30	Rehasport	Rehasport			Rehasport-Mobilität		
09:00	09:00 - 09:45	09:00 - 09:45  Liebscher & Bracht® DIE SCHMERZSPEZIALISTEN	09:00 - 09:45		9:00 - 09:45		
09:30	Balance	Engpassdehnung	Pilates		Funktionelles Zirkeltraining		
10:00	10:00 - 10:45		10:00 - 11:00		10:00 - 10:45		
10:30	Workout		Yoga		Workout		
11:00							
11:30			11:15 - 12:00				
12:00			Rehasport				
12:30							
13:00	13:00 - 13:45						
13:30	Rehasport-Mobilität						
14:00	14:00 - 14:45		14:00 - 14:45		14:00 - 14:45		
14:30	Rehasport-Mobilität		Rehasport-Mobilität		Rehasport-Mobilität		
15:00	15:00 - 15:45	15:00 - 15:45					
15:30	Rehasport	Rehasport					
16:00			16:00 - 16:45	17:00 - 17:45			
16:30			Rehasport - Mobilität	Calisthenics			
17:00	17:00 - 17:30 Bauch	17:00 - 17:45		17:00 - 17:45  Liebscher & Bracht® DIE SCHMERZSPEZIALISTEN			
17:30	17:30 - 17:55 Faszien	Calisthenics		Engpassdehnung			
18:00	18:00 - 18:45	18:00 - 18:45	18:00 - 18:45	18:00 - 18:45	18:00 - 18:45		
18:30	Pilates	Workout	Wirbelsäule	18:00 - 19:15	Rehasport	Workout	
				Laufgruppe			
19:00	19:00 - 20:00	19:00 - 19:45	19:00 - 19:45		19:00 - 19:45		
19:30	Yoga	Rehasport	Yin Yoga		Yoga		
			19:00-20:30				
20:00							
20:30			20:00 - 20:45				
			Rehasport-Mobilität				
21:00							
21:30							



**Reha nach § 44 SGB:** Gesundheitssport auf Verordnung vom Arzt

**Nach § 43 SGB:** Sekundärprävention auf Verordnung vom Arzt (PhysiOase)

**Prävention nach § 20 SGB:** Du trainierst und Deine Krankenkasse zahlt

