

Übungszeiten -Reha-Sport-

Tag	Gruppe	Zeit	Inhalt	Raum
Mo	01	13.45 – 14.40 Uhr	Gymnastik Orthopädie	KR
	02	14.45 – 15.40 Uhr	Gymnastik Orthopädie	KR
	03	15.55 – 16.25 Uhr 16.30 – 17.25 Uhr	Geräte MTT Gymnastik Orthopädie	FS TH
Di	04	08.00 – 08.55 Uhr 09.00 – 09.30 Uhr	Gymnastik Lungensport Geräte Lungensport MTT	KR FS
	05	09.00 – 09.55 Uhr 10.00 – 10.30 Uhr	Gymnastik Orthopädie Geräte MTT	KR FS
	06	09.00 – 09.55 Uhr 10.00 – 10.30 Uhr	Gymnastik Orthopädie Geräte MTT	GR FS
Mi	07	10.00 – 10.55 Uhr 11.00 – 11.30 Uhr	Gymnastik Orthopädie Geräte MTT	GR FS
	08	11.00 – 11.55 Uhr 12.00 – 12.30 Uhr	Gymnastik Orthopädie Geräte MTT	KR FS
	09	12.00 – 12.55 Uhr 13.00 – 13.30 Uhr	Gymnastik Orthopädie Geräte MTT	KR FS
Do	10	14.00 – 14.55 Uhr 15.00 – 15.30 Uhr	Gymnastik Orthopädie Geräte MTT	GR FS
	11	15.30 – 15.55 Uhr 16.00 – 16.55 Uhr	Geräte Lungensport MTT Gymnastik Lungensport	FS TH
	12	17.00 – 17.55 Uhr	Gymnastik Orthopädie	TH
Fr	13	17.25 – 17.55 Uhr 18.00 – 18.55 Uhr	Geräte MTT Gymnastik Orthopädie	FS TH
	14	18.25 – 18.55 Uhr 19.00 – 19.55 Uhr	Geräte MTT Gymnastik Orthopädie	FS GR
	15	10.55 – 11.25 Uhr 11.30 – 12.25 Uhr	Geräte MTT Gymnastik Orthopädie	FS KR

KR Kursraum
GR Gymnastikraum
TH Turnhalle
FS Fitness Studio

zusätzlich ist auch außerhalb der Gruppenzeiten die individuelle Nutzung des Fitness Studios innerhalb der Öffnungszeiten möglich