























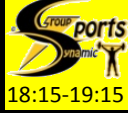









Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnersta	Freitag	Samstag	Sonntag
REHA  09:00-10:00	REHA  09:00-10:00	REHA  09:00-10:00	REHA  Stuhl- gymnastik 09:00-10:00	REHA  09:00-10:00		
Reha  10:15-11:15		Reha  10:15-11:15	Reha  Stuhl- gymnastik 10:15-11:15	Reha  10:15-11:15	Reha  Stuhl- gymnastik 10:00-11:00	GDD  10:00-11:00
	REHA Pflegeheim Hermeskeil 10:30-11:30					Laufen Technik- training 09:30-10:30 
						REHA -> nur mit Verordnung Laufen / Technik -> am Felke-Parkplatz Laufen / Puls -> an der Sportarena -> Pulsmesser ist dafür erforderlich Inline-Skating -> ab 06.05.2019 -> Treffen in Reinsfeld an der Lokomotive Cycling -> bitte in die Liste vorher eintragen Yoga -> Termin wird noch bekannt gegeben Nordic-Walking -> ab 06.05.2019 Tanzkurs -> ab 08.05.2019 Karate -> für Kinder -> ab 5 Jahren (A) Anfänger (F) Fortgeschritten
				Karate (A) 14:00-14:45 		
				Karate (F) 14:45-15:45 		
	REHA Pflegeheim Reinsfeld 15:15-16:15					
		REHA  16:00-17:00				
REHA  17:00-18:00	REHA Bewegungs- kurs 17:00-18:00	REHA  17:00-18:00	REHA Bewegungs- kurs 17:00-18:00	REHA  17:00-18:00	Laufen Puls- training 17:00-18:30 	
Cycling  18:00-18:45	Nordic-Walking  18:30-20:00	Inline-Skating Technik  18:30-20:00	Pilates  18:15-19:15	REHA  18:15-19:15	GDD  18:15-19:15	
Step  19:00-20:00		GDD  19:00-20:00	myline Intense  19:30-20:15	Step  19:15-20:15		
	REHA  20:00-21:00	Tanzkurs (F)  20:15-21:15	Yoga  20:15-21:15			
				myline instense (Ernährung) -> Anmeldung beim Trainer-Team		

SPORT
arena 84 ←

Gültig ab 15.04.2019