



# Gesundheitssport - 2. Halbjahr 2011

## Kurse und Rehabilitationssport

**MONTAG**

**DIENSTAG**

**MITTWOCH**

**DONNERSTAG**

**FREITAG**

Anmeldung für die Kurse erforderlich - Ermäßigte Teilnahmegebühr für Mitglieder

An allen **Krankenkassenkursen** können auch **Fremdversicherte** teilnehmen.

**MFR** 09.30 - 10.15

Rehasport-gymnastik

**MFR** 10.30 - 11.15

Rehasport-gymnastik

**MFR** 10.45 - 11.30

Rehasport-gymnastik

**MFR** 10.00 - 11.30

TK - Fitness basic

**MFR** 11.30 - 12.15

Rehasport-gymnastik

Für die **Teilnahme** an den **Rehasportkursen** ist eine **Verordnung** für Rehabilitationssport **erforderlich!**

**F** 18.15 - 19.45  
AOK - Fit&Aktiv im Studio

**B** 18.00 - 19.30  
Hatha Yoga

**GvC** 18.00 - 19.00  
Rehasport Neurologie

**GvC** 19.00 - 20.00  
Rehasport Herzsport

**B** 19.30 - 20.15  
Rehasport-gymnastik

**MFR** 20.30 - 22.00  
Gesellschaftstanz

**MFR** 18.00 - 18.45  
Rehasport-gymnastik

**MFR** 20.10 - 20.55  
Rehasport-gymnastik

**MFR** 21.00 - 22.30  
Gesellschaftstanz

17.00 - 18.30  
AOK - Nordic Walking

**B** 17.00 - 18.00  
N I A

**B** 18.00 - 18.45  
Rehasport-gymnastik

**B** 18.45 - 19.30  
Rehasport Rückenfitness

**MFR** 21.00 - 22.30  
Gesellschaftstanz

**MFR** - Multifunktionsraum **B** - Bewegungsraum **G** - Gruppenraum **J** - Jugendraum **F** - Fitness-Studio  
**GvC** - Gottfried-von-Cappenberg-Schule Walking und Laufen: Treffpunkt vor dem Haus