

Tagesablaufplan für den Standort Malteserstraße 170-172

| Montag | | | | Dienstag | | | | Mittwoch | | | | Donnerstag | | | | Freitag | | |
|------------|----------------------|--------------|-------------|------------|-------------|--------------|-------------|------------------|----------------------|--------------|------------|-------------|--------------|--|------------------|--------------|--------------|--------------|
| Geräte | Gymnastik 1 | Gymnastik 2 | | Geräte | Gymnastik 1 | Gymnastik 2 | | Geräte | Gymnastik 1 | Gymnastik 2 | | Geräte | Gymnastik 1 | Gymnastik 2 | | Geräte | Gymnastik 1 | Gymnastik 2 |
| | | | 07:30 | | | | 07:30 | | | | 07:30 | | | | 07:30 | | | |
| | | | 08:00 | Gerätekurs | | Wirbelsäule | 08:00 | Gerätekurs | Hüft-Knie | | 08:00 | | | Reha-45 08:00 Reha-45 08:45 Reha-45 09:30 | 08:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule | Hüft-Knie |
| Gerätekurs | | Wirbelsäule | 08:30 | | | 08:30 | Wirbelsäule | | | 08:30 | Gerätekurs | Wirbelsäule | 08:30 | | Gerätekurs | | | |
| | | | Wirbelsäule | 09:00 | Gerätekurs | Herzsport | | Reha Senioren | 09:00 | Gerätekurs | | | Hüft-Knie | | | 09:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule |
| Gerätekurs | | | | 09:30 | | | | | | | 09:30 | Wirbelsäule | | | 09:30 | Gerätekurs | | |
| Gerätekurs | Reha Trocken | Reha-45 | 10:00 | | | 10:00 | Wirbelsäule | 10:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule | 10:00 | | Gerätekurs | | Wirbelsäule | | 10:00 | Gerätekurs |
| Gerätekurs | | | 10:30 | | Herzsport | 10:30 | | Wirbelsäule | | | 10:30 | Gerätekurs | | | | Reha Trocken | 10:30 | |
| Gerätekurs | Wirbelsäule | Reha Trocken | 11:00 | Gerätekurs | | | 11:00 | | Hocker- gymnastik | 11:00 | Gerätekurs | | Reha Trocken | 11:00 | Gerätekurs | | Reha Trocken | Wirbelsäule |
| Gerätekurs | | | 11:30 | | | | 11:30 | Reha Trocken | | 11:30 | | Gerätekurs | | Reha Trocken | | 11:30 | | |
| Gerätekurs | Hocker- gymnastik | Wirbelsäule | 12:00 | Gerätekurs | Herzsport | Hüft-Knie | 12:00 | | Gerätekurs | Reha Trocken | Herzsport | | 12:00 | | Gerätekurs | Wirbelsäule | Reha Trocken | 12:00 |
| Gerätekurs | | | 12:30 | | | | | | | | | 12:30 | Herzsport | 12:30 | | | | Gerätekurs |
| Gerätekurs | Hüft-Knie | Schulter-Arm | 13:00 | Gerätekurs | Herzsport | Wirbelsäule | 13:00 | Gerätekurs | Lungensport | | 13:00 | Gerätekurs | | Wirbelsäule | Reha Trocken | 13:00 | Gerätekurs | |
| Gerätekurs | | | 13:30 | | | | | | | | 13:30 | | Herzsport | | | 13:30 | | Gerätekurs |
| Gerätekurs | Wirbelsäule | Lungensport | 14:00 | Gerätekurs | Herzsport | Reha Trocken | 14:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule | Herzsport | 14:00 | Gerätekurs | | Hüft-Knie | Reha Senioren | 14:00 | Gerätekurs | |
| Gerätekurs | | | 14:30 | | | | Gerätekurs | | | | Hüft-Knie | | Lungensport | | | 14:30 | | Gerätekurs |
| | Reha Senioren | Reha-45 | 15:00 | | | 15:00 | | Gerätekurs | Hüft-Knie | Herzsport | | 15:00 | | Gerätekurs | Reha Trocken | Reha-45 | 15:00 | |
| | | | 15:30 | | Wirbelsäule | 15:30 | Gerätekurs | | | | Hüft-Knie | Herzsport | 15:30 | | | | Gerätekurs | Reha Trocken |
| Gerätekurs | Reha- Pilates | Wirbelsäule | 16:00 | Gerätekurs | Hüft-Knie | 16:00 | | Gerätekurs | Reha-45 | Herzsport | | | 16:00 | Gerätekurs | Physio-Fit | Wirbelsäule | | |
| Gerätekurs | | | 16:30 | | | | | | | | 16:30 | Gerätekurs | Reha-45 | | | | Herzsport | 16:30 |
| Gerätekurs | Wirbelsäule | | 17:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule | 17:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule | Herzsport | 17:00 | Gerätekurs | | | Reha Tanz | Hüft-Knie | 17:00 | | Gerätekurs |
| Gerätekurs | | | 17:30 | | | | | | | | | 17:30 | Gerätekurs | | | Wirbelsäule | Herzsport | |
| Gerätekurs | | Wirbelsäule | 18:00 | | Wirbelsäule | 18:00 | Gerätekurs | Physio-Fit | Physio-Fit | 18:00 | Gerätekurs | Wirbelsäule | | | 18:00 | | | Gerätekurs |
| | | | 18:30 | | | 18:30 | | | | Gerätekurs | | | Physio-Fit | Physio-Fit | 18:30 | Gerätekurs | Wirbelsäule | |
| | | | 19:00 | Gerätekurs | Physio-Fit | 19:00 | Gerätekurs | Reha-45 | Reha-45 | | 19:00 | Gerätekurs | | | Wirbelsäule | | | |
| | | | 19:30 | | | | | | | | 19:30 | | Gerätekurs | Reha-45 | | Reha-45 | 19:30 | Gerätekurs |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | </ | | | | |