

Tagesablaufplan für den Standort Alte Mälzerei

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