

Sporttherapie-Programm

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Fitness
Sport-Zentrum
(9:00-10:15 Uhr)

Schwimmen
Frauen
(8:15-10:15 Uhr)

Schwimmen
Männer
(8:15-10:15 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(9:00-10:15 Uhr)

Fitness
Frauen
(9:00-10:00 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(10:15-11:30 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(10:30-11:30 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(10:30-11:30 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(10:15-11:30 Uhr)

Fitness
Geronto
(10:00-11:00 Uhr)

Lauf-
Gruppe
(11:00-12:00 Uhr)

Tennis
(10:30-11:45 Uhr)

Fahrrad-
gruppe
(10:15-11:45 Uhr)

Damen-
gymnastik
(11:00-12:00 Uhr)

Tischtennis
Sporthalle
(13:15-15:00 Uhr)

Hockey/
Basketball
Sporthalle
(13:15-15:00 Uhr)

Fußball/
Indoor Soccer
(13:15-15:00 Uhr)

Federball/
Volleyball
(13:15-15:00 Uhr)

Fitness
Frauen
(11:00-12:00 Uhr)

Kegeln
Sport-Zentrum
(13:15-15:00 Uhr)

Wirbelsäulen
Gymnastik
(13:15-15:00Uhr)

Fitness
KTP
(13:30-15:00Uhr)

Fußball/
Indoor Soccer
(13:00-15:00 Uhr)

Nordic-Walking
(15:15-16:00 Uhr)

Nordic-Walking
(15:15-16:00 Uhr)

Tischtennis
Sporthalle
(13:15-15:00 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(15:00-16:30 Uhr)

Fitness
Sport-Zentrum
(15:00-16:30 Uhr)

Schwimmen
gemischte Gruppe
(16:15-18:00 Uhr)