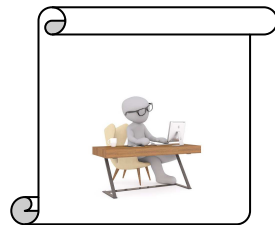


Anfragen zur Teilnahme in den

jeweiligen Stunden

NUR über den Bürotag,

oder per Email möglich



Anmerkungen

1.) Mitbringen bei Trocken/Herz/Funktion

- Großes Handtuch / Kissen für Übungen auf der Matte
- Kissen für den Hocker
- Trinkflasche

2.) Für Wassergymnastik

- Badeordnung beachten

Wir bieten Ihnen

Stand November 2019

Rehabilitationssport in

Trockengymnastik

Nur noch wenige Plätze frei

Wassergymnastik

Keine freien Plätze

Herzsport

nur Trocken

und nur noch in Trainings-Gruppen

Funktionstraining

nur Trocken

Wasser-Funktionstraining wird nicht angeboten

unser Vereinsheim



Parkstraße 20

27798 Hude



04408 807093



reha-sportgruppe-hude@gmx.de

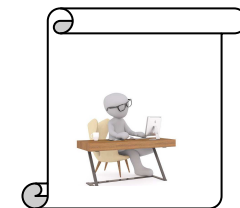
www.reha-sportgruppe-hude.de

Bürotag mit Zeiten

Für unterschiedliche Belange

Freitag

10:00 – 11:00 Uhr



Rehabilitationssport

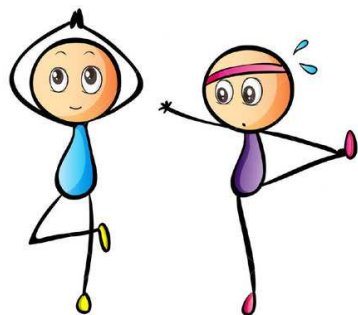
Trockengymnastik

Im Vereinsheim oder Halle Schule

Jägerstraße

Kursangebote

<u>Montag</u> (Vereinsheim)	09:00 – 09:45 Uhr 10:00 – 10:45 Uhr 18:00 – 18:45 Uhr 19:00 – 19:45 Uhr 20:00 – 20:45 Uhr
<u>Dienstag</u> (Halle Jägerstraße)	15:50 – 16:35 Uhr <i>Stabil im Sitzen</i>
<u>Donnerstag</u> (Vereinsheim)	09:00 – 09:45 Uhr 10:00 – 10:45 Uhr 11:00 – 11:45 Uhr <i>Stabil im Sitzen</i>
(Halle Jägerstraße)	17:00 – 17:45 Uhr <i>Fit im Alltag</i> 18:00 – 18:45 Uhr 19:00 – 19:45 Uhr



Rehabilitationssport

Wassergymnastik

Im Wohnpark - Am Sonnentau

Kursangebote

<u>Montag</u>	16:00 – 16:45 Uhr 17:00 – 17:45 Uhr 18:00 – 18:45 Uhr 19:00 – 19:45 Uhr
<u>Dienstag</u>	09:30 – 10:15 Uhr 10:30 – 11:15 Uhr
<u>Mittwoch</u>	16:00 – 16:45 Uhr 17:00 – 17:45 Uhr 18:00 – 18:45 Uhr 19:00 – 19:45 Uhr
<u>Freitag</u>	14:00 – 14:45 Uhr 15:00 – 15:45 Uhr 16:00 – 16:45 Uhr 17:00 – 17:45 Uhr

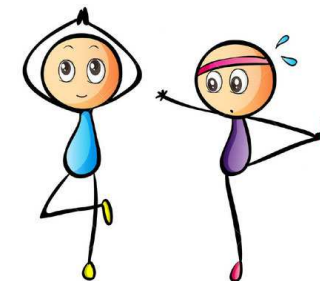
Rehabilitationssport

Für Herz – und Kreislaufkranke

Halle Schule Jägerstraße

Kursangebote

<u>Dienstag</u> (Halle Jägerstraße)	17:00-18:00 Uhr <i>Stabil im Alltag und im Sitzen</i> 18.00-19:00 Uhr <i>Trainingsgruppe</i>
--	---



Funktionstraining

Vereinsheim

Kursangebote

<u>Dienstag</u>	10:00 - 10:30 Uhr 10:30 - 11:00 Uhr <i>Stabil im Sitzen</i>
<u>Donnerstag</u>	08:20 - 08:50 Uhr