

Laufende Gruppen und Trainingszeiten

Die Teilnahme am Sport ist nur nach einem Beratungsgespräch möglich
Informationen hierzu erhalten Sie in der Praxis reaktiv

| Sportart | Tag und Uhrzeit | Ort |
|---|--|-----------------------------|
| Rehasport mit Verordnung des Arztes und Genehmigung d. Krankenkasse | | |
| Lungensport | Do 18:00 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Mo 18:45 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Di 09:00 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Di 10:15 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik mit Pepp | Di 18:00 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Mi 10:45 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Mi 11:00 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Mi 14:30 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik mit Elementen aus dem QiGong | Mi 19:00 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik für den Alltag | Do 09:00 Uhr | Praxis reaktiv |
| Gymnastik mit Pepp | Fr 08:15 Uhr | Praxis reaktiv |
| Wassergymnastik | Mo 08:15 Uhr | Ü-Bad |
| Wassergymnastik | Mo 09:00 Uhr | Ü-Bad |
| Wassergymnastik | Mo 20:15 Uhr | Ü-Bad |
| Wassergymnastik | Di 08:15 Uhr | Ü-Bad |
| Wassergymnastik | Di 09:00 Uhr | Ü-Bad |
| Wassergymnastik | Di 15:00 Uhr | Ü-Bad |
| Sport ohne Verordnung mit beitragspflichtiger Vereinsmitgliedschaft | | |
| Medizinisches Aufbautraining an Geräten (kein Gruppensport) | Termine nach Vereinbarung und mit Betreuung: Mo 09:30 – 11:30 Uhr Mo 15:30 – 17:30 Uhr Mi 15:30 – 17:30 Uhr Fr 10:00 – 11:30 Uhr | Praxis reaktiv |
| Seniorengymnastik Gymnastik | Do 10:00 Uhr Mi 15:30 Uhr | Praxis reaktiv Altenheim |

Der Gruppensport dauert jeweils 45 Minuten, weitere Kurse auf Anfrage