

Kursplan

MONTAG

9:30-10:15 Uhr

RÜCKEN FIT

10:30-11:30 Uhr

PILATES

18:00 - 18:45Uhr

FUNKTIONELL
FITNESS

19:00 - 20:00 Uhr

YOGA

DIENSTAG

8:30-9:30 Uhr

YOGA

10:30 - 11:15 Uhr

REHA-SPORT

17:30-18:15 Uhr

CROSS Training

MITTWOCH

9:00 - 10:00 Uhr

Bodyfit

DONNERSTAG

9:30- 10:15 Uhr

REHA-SPORT

10:30- 11:00 Uhr

Bewegung mit
Köpfchen

17:30- 18:15 Uhr

REHA-SPORT

FREITAG

8:30- 9:15 Uhr

FLEXX
Beweglichkeit

☀ Sonne = Wir gehen nach draußen

Bei schönem Wetter verlegen wir den Kurs nach draußen – frische Luft & gute Laune inklusive!

Rehasport = Mit Rezept

Diese Kurse sind Teil des Rehasports.

Für die Teilnahme brauchst du ein gültiges Rezept – wir helfen dir bei Fragen gerne weiter.



Nutzen Sie unsere App und buchen Sie Ihren Kursplatz ganz bequem online. So sind Sie sicher dabei und behalten alle Termine im Blick!

Sportzentrum Riethmüller
reha | fitness | wellness



Power

Körper und Geist

Gesundheit