

Gruppentrainingsplan



**Reha-Sport-
Bildung e.V.**

REHA-SPORT-BILDUNG E.V. / AUßENSTELLE ZWICKAU

JULIUS-SEIFERT-STR. 18A | 08060 ZWICKAU

TEL.: 0375 / 567 99 00

FAX: 0375 / 567 99 01 PRÄVENTIONS- UND REHASPORT NACH ÄRZTLICHER VERORDNUNG MÖGLICH, SOWIE FÜR VEREINSMITGLIEDER.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
11.00 UHR – 12.00 UHR ORTHOPÄDISCHES TRAINING ST. MAURITIUS WERKSTATT		10.30 – 11.30 UHR FIT IM ALLTAG		11.00 UHR – 12.00 UHR ORTHOPÄDISCHES TRAINING ST. MAURITIUS WERKSTATT
		11.30 UHR – 12.30 UHR INNERE ORGANE		13.00 UHR – 14.00 UHR ADIPOSITASTRAINING ST. MAURITIUS WERKSTATT
		13.00 UHR – 14.00 UHR ADIPOSITASTRAINING ST. MAURITIUS WERKSTATT		
16.30 UHR – 17.30 UHR RÜCKENFIT				16.00 – 17.00 UHR FIT IM ALLTAG
			18.30 UHR – 19.30 UHR RÜCKENFIT	
			19.30 UHR – 20.30 UHR STANDARTISIERTESREHATRAIN ING	