

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	Sonntag
Kursraum OG	Badmintonhalle	Kursraum OG	Badmintonhalle	Kursraum OG	Badmintonhalle	Kursraum OG	Badmintonhalle	Kursraum OG	Badmintonhalle	Kursraum OG	Kursraum OG
		08:00 - 08:55 Rücken-Reha				08:00 - 08:55 Rücken-Reha					
09:00 - 09:55 Rücken-Reha		09:00 - 09:55 Rücken-Fit	09:00 - 09:55 Rücken-Reha	08:30 - 09:55 Yoga		09:00 - 09:55 Rücken-Reha	09:00 - 09:55 Hüft+Kniegym.	09:00 - 09:55 Fit bis 100	09:00 - 09:55 Orthopäd. Gruppe	09:00 - 10:15 AOK Hatha-Yoga	
10:00 - 10:55 Aerobic	10:00 - 11:00 Cycling	10:00 - 10:55 Zumba®	10:00 - 10:55 Rücken-Reha	10:00 - 10:55 Sling-Fit	10:00 - 10:55 Lungen-Sport	10:00 - 10:55 Step (F)	10:00 - 10:55 Rücken-Reha	10:00 - 10:55 Rücken-Fit	10:00 - 10:55 Rücken-Reha	10:30 - 12:00 Yoga (F)	10:00 - 10:55 Step (ungerade KW)
11:00 - 11:30 Bauch-Beine-Po	11:00 - 11:55 Rücken-Reha	11:00 - 11:55 Sport bei Krebs	11:00 - 11:55 Hüft+Kniegym.	11:00 - 11:55 Parkinson-Sport	11:00 - 11:55 Rücken-Fit m. Flexi	11:00 - 11:55 Pilates (F)	11:00 - 11:55 Hüft+Kniegym.	11:00 - 11:55 Body Balance	11:00 - 11:55 Orthopäd. Gruppe		10:00 - 10:55 Rücken-Fit (gerade KW)
11:35 - 12:30 Rücken-Fit			12:00 - 12:55 Rücken-Reha	12:00 - 12:55 Multiple Sklerose		12:00 - 12:55 Hüft+Kniegym.	12:00 - 12:55 Rücken-Reha				11:00 - 11:55 Body-Workout (ungerade KW)
											11:00 - 11:30 Bauch intensiv (gerade KW)
		14:00 - 14:55 Lungen-Sport		14:00 - 14:55 Lungen-Sport				14:00 - 14:55 Hüft+Kniegym.			
		15:00 - 15:55 Rücken-Reha sanft	15:00 - 15:55 Rücken-Reha	15:00 - 15:55 Rücken-Reha	15:00 - 15:55 Herzgruppe 1 & 2	15:00 - 15:55 Gefäßsport		15:00 - 15:55 Osteoporose	15:00 - 15:55 KISS Fun Girls		
	16:00 - 16:55 Rücken Reha	16:00 - 16:45 Rheumaliga	16:00 - 16:55 Rücken-Reha	16:00 - 16:55 Sport nach Krebs	16:00 - 16:55 Herzgruppe 3 & 4	16:00 - 16:55 Rücken-Reha		16:00 - 16:45 Rheumaliga	16:00 - 16:55 KISS Fun Girls		
17:00 - 17:55 Sport nach Krebs	17:00 - 17:55 Rücken-Reha	17:00 - 17:55 Hüft+Kniegym.	17:00 - 17:55 Rücken-Reha	17:00 - 17:55 Sport nach Krebs	17:00 - 17:55 Rücken-Reha	17:00 - 17:55 Rücken-Reha		17:00 - 17:55 KISS Fun Boys	17:00 - 17:55 AOK Fit-Mix		
18:00 - 18:55 Functional Fitness	18:00 - 18:55 Rücken-Reha	18:00 - 19:30 Pilates	18:00 - 18:55 Rücken-Reha	18:00 - 18:55 Rücken-Fit		18:00 - 18:55 Funktionelles Training mit Sling	18:00 - 18:55 Cycling	18:00 - 18:55 Rücken-Fit	18:00 - 18:55 AOK Rücken-Fit		
19:00 - 19:30 Bauch-Beine-Po	19:00 - 19:45 GRIT CARDIO		19:00 - 19:55 Cycling	19:00 - 19:55 Funktionelle Fitness		19:00 - 19:55 Yoga		19:00 - 19:30 Bauch intensiv			
19:35 - 20:30 Zumba®				20:00 - 20:45 GRIT STRENGTH		20:00 - 20:55 Zumba®		19:30 - 20:45 AOK Hatha Yoga			
Tanzsportzentrum TSZ		Outdoor Fitness		Outdoor Fitness		Tanzsportzentrum TSZ		Tanzsportzentrum TSZ			
16:00 - 16:55	AOK Rücken-Fit	17:00 - 18:30	Nordic Walking	09:00 - 09:45	AOK Clever Walking	16:45 - 18:00	AOK Hatha Yoga				
17:00 - 17:55	AOK Fit-Mix	Hugo-Kunzi-Halle		Tanzsportzentrum TSZ							
Hugo-Kunzi-Halle		10:00 - 11:30	Yoga	08:00 - 08:55	Rücken-Reha						
19:00 Uhr	Herzsport	17:00 - 18:00	Yoga TEENS	09:00 - 09:55	Rücken-Reha						
		18:00 - 19:30	Yoga	16:30 - 17:30	Beckenboden						

EXTERNE KURS-ORTE

Rehasport Sprechstunde
Die aktuellsten Sprechzeiten finden Sie online unter:
vitadrom.sportvg-feuerbach.de/rehabilitationssport

- Rehasport
- Prävention
- Fitnesskurs
- KISS
- Fitnesskurs temporär

Info Fitnesskurse
Mindestens 5 Teilnehmer
A = Anfänger, F = Fortgeschrittene

Info Prävention
Prävention nach §20

Info KISS Girls/Boys
Anmeldung über Kindersportschule

Allgemeine Infos
Kursraum im OG
Badmintonhalle im EG
Tanzsportzentrum, Triebweg 75
Hugo-Kunzi-Halle, Am Sportpark 4