

Kursplan Rehasport

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00		Ganzkörpertraining		Ganzkörpertraining	
09:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining
10:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining
11:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Infoveranstaltung	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining
12:00		Ganzkörpertraining		Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining
13:00	Ganzkörpertraining				Ganzkörpertraining
14:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining			Ganzkörpertraining
15:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining		Ganzkörpertraining
16:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	
17:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	
18:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	
19:00	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	Ganzkörpertraining	
			19 Uhr Infoveranstaltung 1.+3. Woche im Monat		

Was?

Rehasport wirkt mit den Mitteln des Sportes ganzheitlich auf Menschen mit körperlichen „Unzulänglichkeiten“ ein.

Rehasport kann uns Menschen dabei unterstützen durch individuelles (Wieder-)Heranführen an sportliche Aktivitäten wieder gestärkt am Leben teilzunehmen.

Rehasport findet in Gruppen mit 15 Teilnehmern und einer Dauer von 45 Minuten statt.

Wie?

Sie benötigen eine vom Arzt verordnete und von der Kasse **genehmigte** Kostenübernahmeerklärung für Rehabilitationssport. Desweiteren müssen sie verpflichtend an unserer Informationsveranstaltung teilnehmen. Termine können dann vor Ort mit uns vereinbart werden.

Wo?

Die Kurse finden im Gebäude des Rehasportzentrum Wiesbaden-Rheingau GmbH & Co KG, Berliner Str. 207-211, 65205 Wiesbaden statt.

(Bitte folgen Sie den Ausschilderungen.)

Bei Absagen können Sie unter Tel.: **0611 - 301970** auf den Anrufbeantworter sprechen, per E-Mail **medisport-wiesbaden@gmx.de** senden oder den Übungsleiter persönlich ansprechen.