

# FRAU - AKTIV – REHA – KURSPLAN

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30	Reha Orthopädie	<b>Entschleunigungstag mit Kristina Kreutz-Schmal</b>	Reha Orthopädie		Reha Orthopädie / Krebsnachsorge
09:20	Rücken Yoga		Reha Orthopädie		Rücken Yoga
15:00			Reha Lungensport		
16:00	Reha Orthopädie / Lungensport		Reha Krebsnachsorge		
17:00	Reha Orthopädie (gemischt)	<b>Autogenes Training (90 min.)</b>	Reha Neurologie - Orthopädie	Reha Orthopädie (gemischt)	Reha Orthopädie (gemischt)
18:00	Reha Orthopädie (gemischt)		Reha Orthopädie	Reha Orthopädie (gemischt)	Faszientraining
18:45		<b>Progressive Muskelentspannung</b>			
19:00			Geburtsvorbereitungskurs Daniela Schühler- Hilgert	Yoga am Abend	

Bei uns finden die Reha-Kurse und das medizinische Gerätetraining  
**„ausdrücklich“** nur bei Terminvereinbarung statt.