

REHAZENTRUM FRAU AKTIV – KURSPLAN

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30	Reha Orthopädie	Entschleunigungstag mit Kristina Kreutz-Schmal Einzel – Coaching <i>Termine nach Vereinbarung</i> <i>Lerne, wie Du mit dieser bemerkenswerten Atemtechnik Deine ganze innere Anspannung auflöst.</i>	Reha Orthopädie		Reha Orthopädie / Krebsnachsorge
09:20	Rücken Yoga		Reha Orthopädie		Reha Orthopädie
15:00			Reha Lungensport		
16:00	Reha Orthopädie / Lungensport			Reha Krebsnachsorge	Reha Orthopädie
17:00	Reha Orthopädie (gemischt)	Autogenes Training (90 min.)	Reha Neurologie - Orthopädie	Reha Orthopädie (gemischt)	Reha Orthopädie (gemischt)
18:00	Reha Orthopädie (gemischt)		Reha Orthopädie	Reha Orthopädie (gemischt)	
18:45		Progressive Muskelentspannung			
19:00			Geburtsvorbereitungskurs Hebamme Daniela Schühler- Hilgert	Yoga am Abend	

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