

REHARENA-Ferienprogramm



Sommer:

24.06. – 03.08.2024

Stand: 13.6.2024

SPK-Bad-Schließung:

22.07. – 03.08.2024

Die rechte Spalte zeigt die Ausfalltermine. Die anderen Ferientermine finden statt. ↓

Teilnahme-Voraussetzungen:

- Teilnehmen darf man nur bei Gruppen, die man regulär auch besucht. Ausfallende Gruppen beachten bitte die **schattierten Alternativen**.
- **Mitglieder** müssen unaufgefordert dem Übungsleiter ihren **Reha-Ausweis** vorzeigen.
- **Nicht-Mitglieder** müssen unaufgefordert auf ihrem **Teilnahmebogen unterschreiben**. Falls ihr persönlicher Teilnahmebogen nicht vorliegt, müssen Sie die Daten der Ferientermine notieren und auf Ihrem Teilnahmebogen **selbständig nachtragen**, sonst erhalten Sie eine **private Rechnung**. Folgende Ferientermine muss ich nachtragen: ...
- **Fortführung nach der Verordnung**: Sie können mit einer Reha-Mitgliedschaft oder mit einer 20er-Karte ihre Gruppe fortführen.

Reha-Beratung		Mo 16.00–17.00, Mi 9.30-10.30, Fr 11.00–12.00	Ausfall: 17.07. – 02.08.24
		Di 9.30 – 12.00, Do 17.00 – 18.00	Ausfall: 24.06. - 16.07.24
Mo	08.00/ 08.30/ 09.15/ 11.30/ 12.15	10.00 Reha-/ FT-Wassergymnastik Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad SP Kreideberg - Bad Ausfall: 22.7. – 29.7.24
	11.00/ 14.15	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.7. – 29.7.24
	11.45	FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker) für Mo 11.00 FG	Motivo 1, Uelzener Str.
	16:25	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining für Mi 14.30	Motivo 1, Uelzener Str.
	17:15	Reha/ FT-Rücken-Gelenkgymnastik auch für Mi 15 RG	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.7.24
	18:10	Reha/ FT-Rücken-Gelenkgymnastik für Mo 18.05 RG/AN	Halle, Uelzener Str.
	18:00	Reha-Rücken-Beingym. für Mo 17.45 RG/JO, 19 LWS/BL	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.7.24
	18:45	Reha-Wirbelsäulengymnastik für Mo 18, 20 WS/BL	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.7.24
	17.00	Reha-Wassergym. Für Mo 13.45 WG/Oedeme	SP Kreideberg - Bad Ausfall: 24.6./ 22.7. – 29.7.24
	18:00	FT-und BSA-Wassergymnastik	Kurzentrum-Sole-Bad
	17:45/ 18:15/ 18:45	19:30 FT/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad Ausfall: 22.7. – 29.7.24
Di	08.30	Reha-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 25.6.- 16.7. >Do 8.15RG
	10.00/ 11.00	Reha-Wirbelsäulengym./ -Funktionsgym. 65+ (Hocker)	Studio2, SP Kreideberg
	12:15	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 23.7. – 30.7.24
	11.30/ 12.30	HWS-Schultergymnastik/ Lungensport	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 30.7.24
	13.45	Osteoporose- & Wirbelsäulengym. für Di 17 OS	Motivo 1, Uelzener Str.
	14.30	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	14:15	FT-Rücken-Gelenkgymnastik für Di 18.30 RG	Studio2, SP Kreideberg
	15.30/ 16.00/ 16.45/	17.15/ 18.00/ 18.30 FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 23.7. – 30.7.24
	19.15	Reha-Rückenschwimmen für Fr 19.30 Rüschrw.	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 23.7. – 30.7.24
	18.45	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining für Do 20.00	Motivo 2+1, Uelzener Str.
	18.30	FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Studio2, SP Kreideberg Ausfall: 25.6.- 30.7. >Di14.15RG
19:15/ 20.15	Reha-Pilates/ Reha-Wirbelsäulengymnastik	Studio2, SP Kreideberg Ausfall: 25.6.- 30.7. >Di10.00WS	
Mi	10:15/ 10.45	FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 24.7. – 31.7.24
	11.30/ 12.15	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 24.7. – 31.7.24
	09:00/ 09:45	Reha-Beckenbodengym./ RS bei innerer Erkrankung	Studio 2, SP Kreideberg
	12.00	Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg
	13.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio 1, SP Kreideberg
	13.00/ 13:45	Neurologische Sportgruppe/ Reha-Funktionsgymn.	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 24.7. – 31.7.24
	14.30	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining für Do 18.30	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 17.7.– 31.7. >Mo16.25
	16.15	Lungensport	Halle, Uelzener Str.
	17:10	Herz- & Neurologische Hockergymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 24.7. – 31.7.24
	17.00 / 18.00	Herzsport mit Arzt + Defi. (2-3 Gruppen)	Halle, Uelzener Str.
	18:00/ 18.30/ 19.00	FT-Sole-Wassergymnastik	Kurzentrum, Bew.-Bad
19:00/ 19:45	Reha-Aquajogging & -gymnastik für Mi AJ/Oedeme	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 26.6./ 24.7. – 31.7.24	
19.00	Reha-Yoga & Rückengymnastik	Studio 2, SP Kreideberg Ausfall: 24.7. – 31.7.24	
Do	08.15	FT-Rücken-Gelenkgymnastik für Di 8.30 RG	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 1.8.24
	09.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik auch für Do 9.45 WS	Motivo 1, Uelzener Str.
	12:00/ 12:45	Reha-Funktionsgym./ RS bei neurolog. Erkrankungen	Studio 2, SP Kreideberg Ausfall: 1.8.24
	14.00/ 14:45	Reha-Funktionsgymnastik/ OS- & Wirbelsäulengym.	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 25.7. - 1.8.24
	15.00/ 15.45/ 16.30	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad Ausfall: 25.7. – 1.8.24
	17.00/ 17.45/ 18.30/	19.15 Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad Ausfall: 25.7. – 1.8.24
	16.15	Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg Ausfall: 1.8.24
	17.45	Reha-Beckenboden- & Rückengym. für Do 18.15 BB	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 4.7. – 11.7.24
	18.30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 27.6.- 11.7. >Mi 14.30
	20.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 27.6.- 11.7. >Di 18.45
	Fr	09.00/ 10.00	Reha-Wirbelsäulengym./ FT-Funktionsgym. 65+ (Stuhl)
11:45		Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.
14.00/ 14:45		Reha-Funktionsgym. 65+ / Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg
15.30/ 16.15		LWS-Beingym./ FT-Rücken-Gelenkgym.	Studio 2, SP Kreideberg Ausfall: 2.8.24
18.00/ 18.45/ 19.30		Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg-Bad Ausfall: 26.7. – 2.8.24
19.30		Reha-Rückenschwimmen Alternativ: Di 19.15, Fr 18.45	SP Kreideberg-Bad Ausfall: 5.- 12.7./ 26.7. – 2.8.24
Sa	10.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio1, SP Kreideberg Ausfall: 27.7. – 3.8.24