

# REHARENA-Ferienprogramm



Ostern/ Brückentag: 7.4. – 19.4./ 30.4./ 2.5.25

Mitgliederversammlung: 7.5. ab 19 Uhr ruht der Sportbetrieb

Ausfälle im Studio 2: 27.5. ganztägig/ 28.5. bis 15 Uhr

Brückentag/ Pfingsten: 30.5./ 10.6.25

Stand: 27.3.2025

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, Do 9.30 - 10.30, Fr 11.00 - 12.00  
Di 9.30 - 12.00, Do 17.00 - 18.00

**Ausfall: 7.4. – 10.4./ 30.5.25**  
**Ausfall: 9.4. – 17.4.25**

<b>Mo</b>	08.00/ 08.30/ 09.15/	10.00/ 11.30/ 12.15	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	11.30/ 13.45		Reha-Wassergymnastik für Mo 13:45 u. 16:00	Oedeme - Bad
	11.00/ 11.45		Reha-/FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.
	14.15		Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 7.4. &gt; Mo 11:00 FG</b>
	16:25		Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.
	17:15/ 18:10		Reha/ FT-Rücken-Gelenkgymnastik auch für Mi 15 RG	Motivo1/ Halle, Uelz. Str.
	18:00		Reha-Rücken-Beingym. für Mo 17.45RG, 18,20 WS/BL	Motivo 1, Uelzener Str.
	18:00		FT-und BSA-Wassergymnastik	Kurzentrum-Sole-Bad
	17:45/ 18:15		FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	18:45/ 19:30		Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
<b>Di</b>	08.30		Reha-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 15.4.25 &gt; Do 8:15</b>
	10.15/ 11.00		Reha-Wirbelsäulengym./ -Funktionsgym. 65+ (Hocker)	Studio2, SP Kreideberg
	11.45/ 12.30		HWS-Schultergymnastik/ Lungensport	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 10.6.25</b>
	13.45		Osteoporose- & Wirbelsäulengym. für Di 17 OS	Motivo 1, Uelzener Str.
	14.30		Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	12:15		Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad
	14:15		FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Studio2, SP Kreideberg
	15.30/ 16.00/ 16.45/	17.15/ 18.00/ 18.30/ 19:15	FT-/ Reha-Wassergym./ Schw.	SP Kreideberg – Bad
	20.30		Reha-Aquajogging & --gymnastik	Oedeme - Bad <b>Ausfall: 10.6.25</b>
	18.45		Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining für Do 20.00	Motivo 2+1, Uelzener Str.
18.30		FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Studio2, SP Kreideberg <b>Ausfall: 8.4./ 15.4./ 10.6.25</b>	
19:15/ 20.15		Reha-Pilates/ Reha-Wirbelsäulengymnastik	Studio2, SP Kreideberg <b>Ausfall: 8.4./ 15.4./ 10.6.25</b>	
<b>Mi</b>	10:15/ 10.45		FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad
	11.30/ 12.15		Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad <b>Ausfall: 9.4.25</b>
	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		Neurologische Sportgruppe	Motivo 1, Uelzener Str.
	13:45		Reha-Funktionsgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 9.4.25 &gt; Fr 10:00</b>
	14.30		Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining für Do 18.30	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 9.4.25 &gt; Mi 13.00</b>
	16.15		Lungensport	Halle, Uelzener Str. <b>Ausfall: 16.4.25 &gt; Mi 12.00</b>
	17:10		Herz- & Neurologische Hockergymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	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
	20:00		Reha-Aquajogging & -gymnastik für 20:45	Oedeme - Bad
19.00		Reha-Yoga oder -Rückengymnastik	Studio 2, SP Kreideberg	
<b>Do</b>	08.15		FT-Rücken-Gelenkgymnastik für Di 8.30 RG	Motivo 1, Uelzener Str.
	09.00		Reha-Wirbelsäulengymnastik auch für Do 9.45 WS	Motivo 1, Uelzener Str.
	11:00/ 11:45		Reha-Wassergymnastik	Oedeme - Bad
	12:00/ 12:45		Reha-Funktionsgym./ RS bei neurolog. Erkrankungen	Studio 2, SP Kreideberg
	14.00/ 14:45		Reha-Funktionsgymnastik/ OS- & Wirbelsäulengym.	Motivo 1, Uelzener Str.
	15.00/ 15.45/ 16.30		Reha/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	17.00/ 17.45/ 18.30/	19.15	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	16.10		Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg
	17.45		Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 17.4.25</b>
	18:30/ 20.00		Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 10.4.- 17.4. &gt; Di 18.45</b>
<b>Fr</b>	09.00/ 10.00		Reha-Wirbelsäulengym./ FT-Funktionsgym. 65+ (Stuhl)	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 30.5.25</b>
	11:45		Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. <b>Ausfall: 2.5./ 30.5. &gt; Mo 16:25</b>
	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
	18.00/ 18.45/ 19.30		Reha-Wassergymnastik/ -Rückenschwimmen	SP Kreideberg-Bad
	20:00		Reha-Aquajogging & --gymnastik	Oedeme - Bad <b>Ausfall: 2.5./ 30.5.25</b>
<b>Sa</b>	10.00		Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio1, SP Kreideberg <b>Ausfall: 19.4./ 31.5.25</b>