

REHARENA-Ferienprogramm



Ostern: 23.03. – 07.04.26
Brückentag: 15.05.26 > Sportbetrieb ruht
Pfingsten: 26.05.26

Stand: 12.03.2026
 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
 Mo 13.00 – 14.00, Di 9.30 - 12.00, Do 15.00 - 16.00

Ausfall: 30.3.- 7.4./ 15.5./ 26.5.
Ausfall: 13.5. – 27.5.26

Mo	08.00/ 08.30/ 09.15/ 12.30/ 13.45	10.00/ 11.30/ 12.15 Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	
		Reha-Wassergymnastik	Oedeme-Bad	
	11.00/ 11.45	Reha-/FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 30.3.26
	14.15	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 30.3.26
	16:25	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	
	17:15/ 18:10	FT/ Reha-Rücken-Gelenkgym. für Mo 19 LWS	Motivo1/ Halle, Uelz. Str.	
	19:00	Reha-Rücken-Gelenkgym. für Mo 18/ 20 WS	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 30.3.26
	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	
Di	08.30	Reha-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	
	10.15/ 11.00	Reha-Wirbelsäulengym./ -Funktionsgym. 65+ (Hocker)	Studio2, SP Kreideberg	
	11.45/ 12.30	HWS-Schultergymnastik/ Lungensport	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 26.5.26
	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	
	18.45	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining	Motivo 2+1, Uelzener Str.	Ausfall: 26.5.26 > Do 18.30Stabil
	18.30	FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Studio2, SP Kreideberg	
	19:15/ 20.15	Reha-Pilates/ Reha-Wirbelsäulengymnastik	Studio2, SP Kreideberg	
	20:00	Reha-Aquajogging & -gymnastik für Di 20.45 AJ	Oedeme-Bad	
Mi	10:15/ 10:45	FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad	
	11.30/ 12.15	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad	
	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.	Ausfall: 1.4.26 > Mi 17.10 Neuro
	13:45	Reha-Funktionsgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 1.4.26
	14.30	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 1.4.26 > Mo 16.25 Stabil
	16.15	Lungensport	Halle, Uelzener Str.	Ausfall: 1.4.26
	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/ 20:45	Reha-Aquajogging & -gymnastik	Oedeme-Bad	Ausfall: 25.3.26
Do	19.00	Reha-Yoga oder -Rückengymnastik	Studio 2, SP Kreideberg	
	08.15	FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 2.4.26
	09.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik auch für Do 9.45 WS	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 2.4.26
	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-Wirbelsäulengym. Für Do 17.45/ 18.30 WS; 18 BB	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 2.4.26
	18:30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 2.4.26 > Do 20 Stabil
	20.00	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetr. Für Do 18:30	Motivo 1, Uelzener Str.	
Fr	09.15/ 10.00	Reha-Wirbelsäulengym./ FT-Funktionsgym. 65+ (Stuhl)	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 15.5.26
	11:45	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	Ausfall: 15.5.26
	14.00/ 14:45	Reha-Funktionsgym. 65+/ Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg	Ausfall: 15.5.26
	15.30/ 16.15	LWS-Beingym./ FT-Rücken-Gelenkgym.	Studio 2, SP Kreideberg	Ausfall: 15.5.26
	18.00/ 18.45/ 19.30	Reha-Wassergymnastik/ -Rückenschwimmen	SP Kreideberg-Bad	Ausfall: 15.5.26
	20:00	Reha-Wassergymnastik für Fr 20.45 WG	Oedeme-Bad	Ausfall: 15.5.26
Sa	10.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio1, SP Kreideberg	Ausfall: 4.4./ 16.5.26