

Rehasport -Kursplan gültig von 06.04.2021

Kurse sowie Gerätetraining sind von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst!

Rehasport * T-Rena* Gerätetraining * Krankengymnastik * Osteopathie * Psychotherapie

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Anmeldung am : 15:00 – 18:00 Uhr	Dienstag und Donnerstag		Max. 10 Teilnehmer pro	Kurs
9:20 – 10:05 <i>Wirbelsäulengymnastik</i>			9:00 – 9:45 <i>Fit und Gesund / Senior</i>	
11:20 – 12:05 <i>Hockergymnastik</i>				
17:30 – 18:15 <i>Rücken Fit 60+</i>	17:30 – 18:15 <i>Fit und Gesund mit Yoga</i>		17:45 – 18:30 <i>HWS/BWS/Rumpf</i>	
18:30 – 19:15 <i>Rücken Bauch Beine Fortgeschrittene</i>	18:30 – 19:15 <i>Fit und Gesund / Pilates</i>			

Orthofit e.V., Kreienkoppel 8, 23556 Lübeck, Tel.: 0451 / 121 8996, www.verein-orthofit.info

Öffnungszeiten: Mo 8-16:00Uhr, Di 11-19:30Uhr, Mi 8-12Uhr, Do 10-19:00Uhr, Fr 8-12Uhr