

REHA-Ferienprogramm



Ostern: 19.03.-03.04.2018
Brückentage: 30.04.+ 11.05.2018
Pfingsten: 22.05.2018

Stand: 12.03.2018
 Die rechte Spalte zeigt nur die Ausfalltermine. Die anderen Ferientermine finden statt (außer Feiertage). ↓

Teilnahme-Voraussetzungen „vor“ Übungsbeginn!

- Sie dürfen nur an den Gruppen teilnehmen, die Sie regulär auch besuchen. Alternativ für die Schulen Knieberg, SZ Oedeme, St. Usula, Lüne, Johanneum können die **schattierten Gruppen** genutzt werden.
- Mitglieder** müssen unaufgefordert dem Übungsleiter ihren **Reha-Ausweis** vorzeigen.
- Nicht-Mitglieder** müssen unaufgefordert im Buch auf ihrem **Teilnahmebogen unterschreiben**.
Falls ihr Buch mit dem Teilnahmebogen **nicht vorliegt**, müssen Sie dem Übungsleiter **diesen Bogen zeigen** und zur Erinnerung nachfolgend die Daten der Ferientermine und die Art (T=Trocken-, W=Wassergymnastik) notieren. Diese müssen Sie nach den Ferien auf Ihrem persönlichen Teilnehmerbogen bei ihrem „regulären Übungsleiter“ **selbständig nachtragen**, **sonst** erhalten Sie eine **private Rechnung**.
Folgende Ferientermine muss ich nachtragen (weil das Buch nicht vorliegt):

1.	2.	3.	4.	5.	6.
7.	8.	9.	10.	11.	12.

Reha-Beratung		Mo+Do+Fr 11.00-12.00, Di 15.00-15.30, Mi 16.00-17.00, Do 9.15-10.15 Di 09.30-12.00, Mi 8.45-9.45	Ausfall: 20.3-22.3/3.4/11.5/22.5. Ausfall: 26.03-03.04, 30.04
Mo	08.30/ 09.15/ 10.00	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad Ausfall: 26.03.18
	10.00/ 11.00/ 11.45	Reha-/ FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall von 10.00: 26.03.18
	13.45	Reha-Wassergymnastik	Oedeme Bad
	17.15	Reha-Wirbelsäulengymnastik (für Mo 17 + 18 WS)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 30.04.18
	18.15	Reha-Rücken-Gelenkgym. (auch für Mo18 RG +Mi15 RG)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 30.04.18
	17.45 / 18.15	FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad Ausfall: 26.03.18
	18.45 / 19.30	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
19.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 30.04.18	
Di	10.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Studio 2, SP Kreideberg
	11.00	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Studio 2, SP Kreideberg
	11.30	HWS-Schultergymnastik (auch für Do 17 HWS)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.05.18
	12.30	Lungensport	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 20.03./ 03.04./ 22.05.18
	13.30	OS- und Wirbelsäulengymnastik (auch für Di 17 OS)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.05.18
	14.30	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 22.05.18
	16.15	Reha-Wassergymnastik	Oedeme Bad
	15.30/ 16.00/ 16.45	FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 27.03.18
	17.15/ 18.00/ 18.30	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 22.05.18
	19.15	Reha-Rückenschwimmen & Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 03.04./ 22.05.18
	18.30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 03.04.18
18.30	FT-Rücken-Gelenkgymnastik (auch für Di 18.00 RG)	Studio 2, SP Kreideberg Ausfall: 22.05.18	
19.15 / 20.15	Reha-Wirbelsäulengymnastik auch für Mo 20 WS	Studio 2, SP Kreideberg	
Mi	10.15/ 11.00	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 28.03.18
	10.30/ 11.00	FT-Wassergymnastik	Oedeme-Bad Ausfall: 21.03.18
	13.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio 1, SP Kreideberg
	14.30	FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Studio 1, SP Kreideberg
	12.30	Neurologische Sportgruppe	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 21.03.18
	13.30	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.
	14.30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.
	16.00 / 16.45	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad Ausfall: 28.03.18
	17.00 / 18.00	Herzsport mit Arzt + Defi. (2-3 Gruppen)	Halle, Uelzener Str. Ausfall: 28.03.18
	17.00	Herz- & Neurologische Hockergymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	18.00/ 18.30/ 19.00/ 19.30/ 20.00	FT-Sole-Wassergymnastik	Kurz. Sole-Beweg.-Bad Ausfall: 28.03./ 09.05.18
19.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Studio 2, SP Kreideberg	
Do	08.15	FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	09.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik auch für Do10 WS	Motivo 1, Uelzener Str.
	13.45	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener
	14.30	OS- und Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	15.30	Herz-Nordic-Walking mit Arzt + Defi.	Motivo-Foyer, Uelz. Str.
	17.30	Reha-Wirbelsäulengymnastik (für Do 17,18,19 H/WS)	Motivo 1, Uelzener Str.
	16.15/ 17.00/ 17.30/ 18.30/ 19.15	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad Ausfall von 17.30: 29.03.18
18.30 / 20.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 29.03.18	
Fr	09.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 11.05.18
	10.00	FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 11.05.18
	11.45	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str. Ausfall: 23.03.18
	14.00	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Studio 2, SP Kreideberg
	15.00	Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg
	16.00	LWS-Beingymnastik auch für Mo 19 LWS	Studio 2, SP Kreideberg
	17.00	FT-Rücken-Gelenkgymnastik auch für Do 18.45 RG	Studio 2, SP Kreideberg
	18.00/ 18.45/ 19.30	Reha-Wassergymnastik/ Reha-Rückenschwimmen	SP Kreideberg-Bad
Sa	10.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio1, SP Kreideberg Ausfall: 31.03.18

Ausfall am Mi 18.4.18: Wegen Mitgliederversammlung pausiert der gesamte Sportbetrieb (auch Herzsport) ab 18.00 Uhr!