

REHA-Ferienprogramm



Sommerferien:

28.06. – 08.08.2018

Oedeme-Bad Schließung:

28.06. - 12.08.2018

SPK-Bad Schließung:

02.07. - 08.07.2018

Stand: 18.06.2018

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	Ausfall: 23.07. – 08.08.18
		Di 09.30-12.00, Mi 8.45-9.45, Do 9.15-12.00	Ausfall: 28.06. – 22.07.18
Mo	08.30/ 09.15/ 10.00	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	10.00/ 11.00/ 11.45	Reha-/ FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.
	16.15	Reha-Wirbelsäulengymnastik (für Mo17+18 WS)	Motivo 1 Uelzener Str.
	17.15	Reha-Wirbelsäulengymnastik (für Mo 17 + 18 WS)	Motivo 1, Uelzener Str.
	18.15	Reha-Rücken-Gelenkgym. (auch für Mo18 RG +Mi15 RG)	Motivo 1, Uelzener Str.
	17.00	Reha-Wassergymnastik (für Mo13.45 WG)	SP Kreideberg - Bad
	17.45 / 18.15	FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	18.45 / 19.30	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
19.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	
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.
	12.30	Lungensport	Motivo 1, Uelzener Str.
	13.30	OS- und Wirbelsäulengymnastik (auch für Di 17 OS)	Motivo 1, Uelzener Str.
	14.30	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
	15.30/ 16.00/ 16.45	17.15/ 18.00/ 18.30 FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad
	19.15	Reha-Rückenschwimmen & Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad
	18.30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.
	18.30	FT-Rücken-Gelenkgymnastik (auch für Di 18.00 RG)	Studio 2, SP Kreideberg
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
	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.
	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
	17.00 / 18.00	Herzsport mit Arzt + Defi. (2-3 Gruppen)	Halle, Uelzener Str.
	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
19.00	Reha-Yoga & Rückengymnastik	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.
	18.30 / 20.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.
	15.30/ 16.15/ 17.00/	18.30/ 19.15 Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	17.30	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad
	09.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
Fr	10.00	FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.
	11.45	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.
	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
	10.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio1, SP Kreideberg