

# REHARENA-Ferienprogramm



**Sommer:** 14.07. – 24.08.2022  
**SPK-Bad-Schließung:** 08.08. - 21.08.2022 > Wartungsarbeiten

Stand: 07.07.2022  
 Die rechte Spalte zeigt nur die Ausfalltermine. Die anderen Ferientermine finden statt. ↓

**Mitgliederversammlung:** 12.07.2022 > ab 18.30 Uhr ruht der Sportbetrieb  
**Kurzfristige Änderungen wegen Corona möglich!**

## Teilnahme-Voraussetzungen „vor“ Übungsbeginn!

- Sie dürfen nur an den Gruppen teilnehmen, die Sie regulär auch besuchen. Alternativ für die Schule am Knieberg, und das Oedeme-Bad 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 Teilnahmebogen 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.
----	----	----	----	----	----

Reha-Beratung	Mo 16.00–17.00, Fr 11.00 – 12.00 > <b>Ausfall: 8.8. – 22.8.22;</b>		Di 9.30-12.00 >	<b>Ausfall: 26.7. – 9.8.22</b>
	Ausfall aller Beratungszeiten >			<b>Ausfall: 8.8. – 12.8.22</b>
<b>Mo</b>	08.30/ 09.15/ 10.00	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 25.7. – 15.8.22</b>
	11.00/ 12.00/ 14.00	Reha-/ FT-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>14.00 Uhr-Ausfall: 22.8.22</b>
	16:25	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	
	17.15/ 18.05	Reha-Rücken-Gelenkgymnastik (auch für Mo 15 RG)	Motivo1,Halle,Uelz.Str.90	
	18.05	Reha-Rücken-Gelenkgymnastik (für Mo 18 WS, 19 LWS)	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 15.8. – 22.8.22</b>
	17:00	Reha-Wassergymnastik (für Mo 13:45 WG-Oedeme)	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 1.8. – 15.8.22</b>
	17.45/ 18.15	FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 25.7. – 15.8.22</b>
	18:45/ 19:30	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 8.8. – 15.8.22</b>
<b>Di</b>	08.30	Reha-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 26.7. – 9.8.22</b>
	10.00/ 11.00	Reha-Wirbelsäulengym./ -Funktionsgym. 65+ (Hocker)	Studio2, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 19.7. – 26.7.22</b>
	11.30	HWS-Schultergymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 23.8.22</b>
	12.30	Lungensport	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 23.8.22</b>
	13.30/ 14.30	OS- & Wirbelsäulengym./ Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	
	15.30/ 16.00/ 16.45	FT-/ Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 9.8. – 16.8.22</b>
	17.15/ 18.00/ 18.30/	19.15 FT-/ Reha-Wassergymn./ Rückenschwimmen	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 9.8. – 23.8.22</b>
	18.30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	
	18.30/ 19:15	FT-Rücken-Gelenkgym/ Reha-Pilates & Rückengym.	Studio2, SP Kreideberg	
	20.15	Reha-Wirbelsäulengymnastik (auch für Mo 20 WS)	Studio2, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 19.7.22</b>
<b>Mi</b>	08.45	FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 10.8. – 17.8.22</b>
	10.15/ 11.00	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 27.7. – 17.8.22</b>
	12.00	Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg	
	13.00	Reha-Stabilisationsgym. & Gerätetr.	Studio 1, SP Kreideberg	
	13:15	Reha-Wassergymnastik (für Di 15:30 WG-Oedeme)	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 20.7. – 17.8.22</b>
	12.30/ 13.30	Neurologische Sportgr./ Funktionsgym. 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.	
	14.30	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 10.8. – 24.8.22</b>
	16.00 / 16.45	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 10.8. – 17.8.22</b>
	16.00	Lungensport	Halle, Uelzener Str.	
	17:00	Herz- & Neuro Hockergym. > Alternativ: Mi 12.30 Neuro	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 20.7. – 3.8.22</b>
	17.00 / 18.00	Herzsport mit Arzt + Defi. (2-3 Gruppen)	Halle, Uelzener Str.	
	18:00/ 18.30/ 19.00/	19:30/ 20:00 FT-Sole-Wassergymnastik	Kurzentrum, Bew.-Bad	<b>Ausfall: 27.7. – 3.8.22</b>
19.00	Reha-Yoga & Rückengym. oder Reha-Rückengym.	Studio 2, SP Kreideberg		
19:00/ 19:45	Reha-Aquajogging & -gymnastik	SP Kreideberg – Bad	<b>Ausfall: 10.8. – 24.8.22</b>	
<b>Do</b>	08.15	FT-Rücken-Gelenkgymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 11.8. – 18.8.22</b>
	09.05	Reha-Wirbelsäulengymnastik (auch für Do10 WS)	Motivo 1, Uelzener Str.	
	12.05	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.	
	13.45	Reha-Funktionsgymnastik 65+ (Hocker)	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 21.7.22</b>
	14.35	OS- und Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 21.7.22</b>
	16.00	Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 21.7.22</b>
	17.30	Reha-Wirbelsäulengymnastik (für Do 17,18,19 HWS)	Motivo 1, Uelzener Str.	
	18.30 / 20.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Motivo 1, Uelzener Str.	<b>Ausfall: 28.7. – 11.8.22</b>
	15.00/ 15.45/ 16.30	Reha-/ FT-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 11.8. – 18.8.22</b>
	17.00/ 17.45	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 14.7./ 11.8. – 18.8.22</b>
	18.30/ 19.15	Reha-Wassergymnastik	SP Kreideberg - Bad	<b>Ausfall: 4.8. – 18.8.22</b>
	<b>Fr</b>	09.00	Reha-Wirbelsäulengymnastik	Motivo 1, Uelzener Str.
10.00		FT-Funktionsgymnastik 65+ (Stuhl)	Motivo 1, Uelzener Str.	
14.00/ 15:00		Reha-Funktionsgym. 65+/ Lungensport	Studio 2, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 15.7.22</b>
16.00		LWS-Beingymnastik	Studio 2, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 15.7.22</b>
17.00		FT-Rücken-Gelenkgymnastik (auch für Mo 19 LWS)	Studio 2, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 15.7.22</b>
18.00/ 18.45/ 19.30		Reha-Wassergymnastik/ Reha-Rückenschwimmen	SP Kreideberg-Bad	<b>Ausfall: 5.8. – 19.8.22</b>
<b>Sa</b>	10.00	Reha-Stabilisationsgymnastik & Gerätetraining	Studio1, SP Kreideberg	<b>Ausfall: 16.7. - 30.7.22</b>

**Fortführung nach der Verordnung:** Sie können mit einer Mitgliedschaft oder mit einer 20er-Karte ihre Gruppe fortführen.