

Kursplan Rehasport

ab 6. November 2023



	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
	Zirkelraum	Halle 2	Zirkelraum	Halle 2	Zirkelraum	Halle 2	Zirkelraum	Halle 2	Zirkelraum	Halle 2
Zeit	Vormittag									
08:00										
08:15										
08:30										
08:45										
09:00										
09:15		WSG 9:00-9:45		WSG sitzend 9:00-9:45						
09:30			Gerätezirkel 9:30-10:15	WSG 9:45-10:30				Gerätezirkel 9:15-10:00	WSG 9:15-10:00	
09:45		WSG 9:45-10:30		WSG 9:45-10:30						
10:00										
10:15										
10:30	Gerätezirkel 10:30-11:15	WSG 10:30-11:15		Lungensport 10:30-11:15		Gerätezirkel 10:15-11:00				WSG 10:00-10:45
10:45										
11:00										
11:15										
11:30		WSG 11:30-12:15				WSG 11:00-11:45				
11:45										
12:00										
12:15	Gerätezirkel 12:15-13:00					Gerätezirkel 11:45-12:30				WSG sitzend 11:30-12:15
12:30										
12:45										
	Nachmittag									
16:30										WSG 16:30-17:15
16:45										
17:00										
17:15										
17:30										
17:45		WSG 17:45-18:30								
18:00										
18:15										
18:30	Gerätezirkel 18:30-19:15	Lungensport 18:30-19:15								WSG 18:00-18:45
18:45										
19:00										
19:15										
19:30										
19:45						Gymnastik Bechterew 19:00-20:00				

ZAR Erding GmbH & Co. KG

Franz-Brombach-Straße 11
85435 Erding

Tel.: 08122 / 229 56 33

Fax: 08122 / 229 56 34

rehasport@zar-erding.de

www.zar-erding.de

Mit Verordnung über Rehabilitationssport

- alle grünen Kurse sind kostenfrei

- Verordnung + Zuzahlung 19,50 € pro Monat: alle sind Kurse frei wählbar und beliebig oft zu besuchen

Selbstzahler

- Kurs-Abo 32,- € pro Monat = alle Kurse beliebig oft frei wählbar

- Kurs-Abo 19,50 € pro Monat = 1x pro Woche aus allen Kursen frei wählbar

WSG = Wirbelsäulengymnastik
★ = findet in Halle 1 statt