

Orthopädischer Rehabilitationssport in der Turnhalle Ost:

Montag:	11.45 – 12.30 Uhr (WS)	Donnerstag:	18.00 bis 18.45 Uhr (WS)
	12.45 bis 13:30 Uhr (KH)	Freitag:	09.15 bis 10.00 Uhr (WS)
	17:00 bis 17.45 Uhr (WS)		11.30 bis 12.15 Uhr (KH)
Dienstag:	09.15 bis 10.00 Uhr (WS)		13.00 bis 13.45 Uhr (WS)
	10.15 bis 11.00 Uhr (WS)		
	11.15 bis 12.30 Uhr (WS)		
	14.00 bis 14:45 Uhr (WS)		
	17.15 bis 18.30 Uhr (WS)		
	18:45 bis 19.00 Uhr (WS)		
Mittwoch:	08.30 bis 09.30 Uhr (WS)		
	17:30 bis 18:15 Uhr (WS)		
	18:30 bis 19:15 Uhr (WS)		
Donnerstag:	09.15 bis 10.00 Uhr (WS)		
	10.15 bis 11.00 Uhr (WS)		
	14.00 bis 14:45 Uhr (OS)		
	15.00 bis 15:45 Uhr (OS)		
	16.00 bis 16:45 Uhr (WS)		

Herzsport in Rehabilitationsgruppen in der Turnhalle Ost:

Dienstag: 19.00 bis 20.00 Uhr (HS)

Legende:

Wirbelsäulengymnastik	(WS)
Knie-Hüft-Training	(KH)
Osteoporose-Gruppe	(OS)
Sturzprophylaxe	(ST)
Herzsport-Gruppe	(HS)

Ort und Adresse:

Turnhalle Ost

Bleichstr. 151a,

33607 Bielefeld