

Orthopädischer Rehabilitationssport in der Turnhalle Ost:

Montag: 11.45 – 12.30 Uhr (WS)
12.45 bis 13:30 Uhr (KH)
17:00 bis 17.45 Uhr (WS)

Dienstag: 09.15 bis 10.00 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)
18:30 bis 19.15 Uhr (WS)

Mittwoch: 09.15 bis 10.00 Uhr (WS)
10.15 bis 11.00 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)

Donnerstag: 16.00 bis 16:45 Uhr (WS)
18.00 bis 18.45 Uhr (WS)

Freitag: 08.30 bis 09.15 Uhr (WS)
10.30 bis 11.15 Uhr (KH)
13.00 bis 13.45 Uhr (WS)

Legende:

Wirbelsäulengymnastik (WS)
Knie-Hüft-Training (KH)
Osteoporose-Gruppe (OS)
Herzport-Gruppe (HS)

Herzport in Rehabilitationsgruppen in der Turnhalle Ost:

Dienstag: 19.15 bis 20.15 Uhr (HS)

Ort und Adresse:

Turnhalle Ost

Bleichstr. 151a,
33607 Bielefeld