

Trainingsplan Reha - Sport

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Training Vormittag		9.00-10.00 (TH) Tanja S. (mVO) Reha Schulter/ Nacken/Rücken	9.00-10.00 (TH) Tanja S. (mVO) Rücken-Reha in der Taunushalle	09.30-10.45 (TK1) Barbara J.-D. (mVO) BK-Nachsorge	10.00-11.00 (TK2) Tanja S. (mVO) Rücken-Reha I	Erläuterungen: TK = Turnhalle Korfstr. 4 TK1 = großer Saal TK2 = Rolf Vaupel Saal TK4 = Gymnastikraum SU = Schule am Urselbach SSU = Schulhof Schule am Ur. HTS = Hans-Thoma Schule HMS = Hans-Magira-Schule IGS = Gesamtschule Stierstadt Trimm = Schillerturm GSM = Grundschule Mitte TH = Taunushalle Oberstedten RMP = Rushmoor Park M = Maasgrund PA = Parkpl. Altkönigstr. (Nr. 150) VZ = Vereinszimmer ZB = Zusatzbeitrag mVO = mit Verordnung 15.10.2024
		10.15-11.30 (TH) Tanja S. (mVO) Koronarsport	10.15-11.15 (TH) Tanja S. (mVO) Reha-Sport für Knie/Fuß/Hüfte		11.15-12.15 (TK2) Tanja S. (mVO) Rücken-Reha II	
		11.45-12.45 (TH) Tanja S. (mVO) Rücken-Reha IV	11.30-12.30 (TH) Tanja S. (mVO) Reha-Sport Neurologie	11.00-12.15 (TK1) Sabine H. (mVO) Orthopäd. Knieschule	12.30-13.30 (TK2) Tanja S. (mVO) Rücken-Reha	
			11.30-12.45 (TK1) Sabine H. / Claudia F. (mVO) Koronarsport			
Training Nachmittag und Abend	16.00-17.00 (TH) Frau Nordwig Parkinson	16.45-18.00 (TK1) Claudia (mVO) Barbara Koronarsport				
	18.15-19.30 (HMS) Ingrid F. (mVO) BK-Nachsorge	15.45-16.45 (TH) Julia F. (mVO) Lungensport				
		17.00-18.00 (TH) Julia F. (mVO) Lungensport		18.00-19.15 (TK1) Barbara L. (mVO) Koronarsport		
			20.00-21.00 (GSM) Sabine H. (mVO) Rücken-Reha III			

Bei Interesse bitte eine Email an info@tsg-oberursel.de senden.
 Eine ärztliche Verordnung (Formular 56) ist erforderlich.
 Die Krankenkasse übernimmt in der Regel die Kosten.