



# Rehabilitationssport im TBW

## ab 2. Januar 2024



TURNERBUND WIESBADEN J.P., Kurt-Schumacher-Ring 17, 65197 Wiesbaden,  
Ansprechpartner: Regina Schreiber

Telefon: **0611-98720147**

Telefonsprechzeiten: **montags 14 - 16 Uhr, mittwochs 9 – 12 Uhr, donnerstags 10 – 12 Uhr**

Homepage: [www.turnerbund-wiesbaden.de](http://www.turnerbund-wiesbaden.de), E-Mail: [gesundheitsport@turnerbund-wiesbaden.de](mailto:gesundheitsport@turnerbund-wiesbaden.de)

### TERMINE NUR NACH VORHERIGER VEREINBARUNG !

Tag	Uhrzeit	Bezeichnung	Ort	Übungsleiter
<b>Montag</b>	12.00 – 13.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
	13.00 – 14.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
	14.00 – 15.00	Lungensport / <b>Reha</b>	P3	Andreas Frischmann
	15.00 – 16.00	Lungensport / <b>Reha</b>	P3	Andreas Frischmann
	17.00 – 18.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Katja Christ
<b>Dienstag</b>	12.00 – 13.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
<b>Mittwoch</b>	15.00 – 16.30	Herzsport/ <b>Reha</b>	P3	Marlies Splittdorf
	16.30 – 18.00	Herzsport/Diabetes/ <b>Reha</b>	P3	Marlies Splittdorf
	18.00 – 19.00	Herzsport / <b>Reha</b>	P3	Silvia Bräuer
<b>Donnerstag</b>	9.00 – 10.00	Sport i.d.Krebsnachsorge/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
	15.00 – 16.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
	16.00 – 17.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
	17.00 – 18.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
<b>Freitag</b>	12.00 – 13.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Susi Rieber
	13.00 – 14.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Susi Rieber

P1 Große Turnhalle des TBW im Untergeschoss

P3 Gymnastikraum des TBW im Untergeschoss

P4 Mehrzweckraum des TBW im Erdgeschoss