



Rehabilitationssport im TBW

ab 6. Januar 2025



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 11 – 13 Uhr**

Homepage: www.turnerbund-wiesbaden.de, **E-Mail:** gesundheitsport@turnerbund-wiesbaden.de

TERMINE NUR NACH VORHERIGER VEREINBARUNG !

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

- P1 Große Turnhalle des TBW im Untergeschoss
- P3 Gymnastikraum des TBW im Untergeschoss
- P4 Mehrzweckraum des TBW im Erdgeschoss