



# Rehabilitationssport im TBW

(aktualisiert: 30.04.2026)



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

Telefon: **0611-98720147**

Telefonsprechzeiten: **montags 14 – 17 Uhr, mittwochs 9 – 12 Uhr**

**Homepage:** [www.turnerbund-wiesbaden.de](http://www.turnerbund-wiesbaden.de), **E-Mail:** [rs@turnerbund-wiesbaden.de](mailto:rs@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
	16.00 – 17.00	Lungensport / <b>Reha</b>	P3	Andreas Frischmann
	17.00 – 18.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Katja Christ
<b>Dienstag</b>	11.00 – 12.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P4	Elvira Ghazaryan
	12.00 – 13.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Elvira Ghazaryan
<b>Mittwoch</b>	15.00 – 16.00	Herzsport/ <b>Reha</b>	P3	Marlies Splittdorf
	16.00 – 17.00	Herzsport/Diabetes/ <b>Reha</b>	P3	Marlies Splittdorf
	17.00 – 18.00	Herzsport/Diabetes/ <b>Reha</b>	P3	Marlies Splittdorf
<b>Donnerstag</b>	9.00 – 10.00	Sport i.d.Krebsnachsorge/ <b>Reha</b>	P3	Regina Schreiber
	13.00 – 14.00	Wirbelsäulen-Gymnastik/ <b>Reha</b>	P3	Susi Rieber
	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
	17.00 – 18.00	Sport i.d.Krebsnachsorge/ <b>Reha</b>	P3	Micha Riechert

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

# Teilnahmebedingungen

## Rehasport

### 1. Was mache ich, wenn ich am Rehasport nicht teilnehmen kann?

Grundsätzlich ist jede Nichtteilnahme am Rehasport zu entschuldigen, entweder:

- telefonisch unter **0611-98720147**  
zu den Reha-Telefonsprechzeiten, montags 14-17 Uhr und mittwochs 9-12 Uhr
- oder jederzeit per E- Mail unter **rs@turnerbund-wiesbaden.de**.

Fehlen Sie 3 Mal unentschuldigt, müssen wir Ihre Teilnahme am Rehasport beenden und die teilgenommenen Stunden mit ihrer Krankenkasse abrechnen.

Schließzeiten des TURNERBUND WIESBADEN J.P. sind von dieser Regelung ausgenommen.

### 2. Was muss ich zum Training mitbringen?

- Bequeme Kleidung
- Saubere Turnschuhe mit heller Sohle
- Handtuch
- Theraband
- Getränk (Keine Glasflasche!)



### 3. Was muss ich beim Training beachten?

- Vor jedem Training Ihre Unterschrift auf der Teilnahmebestätigung machen
- Sollte die Teilnahmebestätigung nicht da sein, bitte mit Frau Schreiber (Kontaktdaten s.o.) in Verbindung setzen.

Viel Spaß im TURNERBUND WIESBADEN J.P.!