

TRAININGSZEITEN REHA- & BEHINDERTENSPO

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG | SAMSTAG |
|--|---|--|--|--|---|
| 10:30-11:30 Wirbelsäulengymnastik Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | 10:30-11:30 Lungensport <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | | 10:00-11:00 Wirbelsäulengymnastik Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | | |
| 14:00-15:00 Lungensport Sauerstoffpflichtig Gym 1 Hubach | 11:30-12:30 Lungensport Halle II Silke | | 11:00-12:00 Lungensport <u>ZUR ZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | 11:00-13:00 Hallenboccia Halle 1+2 Blank | |
| 15:30-16:30 MS Sport & Sport nach Schlaganfall <u>ZUR ZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | 11:00-12:00 Wirbelsäulengymnastik Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | | 14:30-15:55 Sport bei Parkinson Hector Saal Rödel & Fischbeck | | Nach Absprache: 15:00-17:00 Hallenboccia Halle 1 Blank |
| 16:30-17:30 Hallenboccia Hector Saal Blank | 16:30-18:00 Rollstuhlsport Kinder & Jugendl. Integrationsgruppe 5-12 Jahre Halle 2 Didio | | 16:00-17:15 Blindensport Dojo Rödel & Fischbeck | | |
| 17:00-18:00 Lungensport Kinderland Hubach | | | | | |
| 18:00-19:00 Lungensport <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | 17:00-18:00 Sport bei Osteoporose & WS-Schäden Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u> | 18:00-19:00 Sport nach Schlaganfall Kinderland Didio | | | |
| 19:00-20:00 MS Sport (gehfähig) Gym 1 Fischbeck | | | | | |

Die oben aufgeführten Rehabilitationssportangebote sind gemäß der Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport auf Grundlage des § 44 SGB IX anerkannt und mit dem Qualitäts-Siegel „Rehasportgruppe – anerkannt + zertifiziert“ des DBS (Deutscher Behindertensportverband) ausgezeichnet.

Herzsport-Trainingszeiten: bitte wenden!

Athletik Club 1892 Weinheim e. V. * Waidallee 8 * 69469 Weinheim
Tel.. 0 62 01 / 2 59 05 - 0 * Fax: 2 59 05 - 19
Internet: www.ac-weinheim.de * E-Mail: info@ac-weinheim.de

TRAININGSZEITEN REHABILITATIONSSPORT Herzsportgruppen

| MONTAG | DIENSTAG | MITTWOCH | DONNERSTAG | FREITAG |
|--------|---|----------|--|---|
| | <p>18:00 - 19:00 Herzsport ab 50 W Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u></p> <p>19:00 - 20:00 Herzsport ab 100 W Nur mit Verordnung <i>Halle 2</i> Rödel + Arzt</p> | | <p>09:00 - 10:00 Herzsport ab 50 W & Sport bei Diabetes Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u></p> <p>10:00 - 11:00 Herzsport ab 50 Watt & Sport bei Diabetes Nur mit Verordnung <u>ZURZEIT</u> <u>AUSGEBUCHT</u></p> <p>18:00 - 19:30 Herzsport ab 100 W Nur mit Verordnung <i>Gym 2 & Halle 1</i> Hellbauer + Arzt</p> | <p>17:00 - 18:00 Herz-Fit <u>ohne Verordnung,</u> <u>ohne Arzt</u> <i>Kinderland</i> Rödel / Fischbeck</p> |

Die oben aufgeführten Rehabilitationssportangebote sind gemäß der Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport auf Grundlage des § 44 SGB IX anerkannt und mit dem Qualitäts-Siegel „Rehasportgruppe – anerkannt + zertifiziert“ des DBS (Deutscher Behindertensportverband) ausgezeichnet.

**Weitere Reha- und Behindertensport-Trainingszeiten:
bitte wenden!**