

Reha-Sport-Gemeinschaft Hatten e.V. (RSG)

Verein für Gesundheitsvorsorge & Reha-Sport

Bez.	Tag	Übungszeit	Sportart	Übungsleitung	Sportstätte
	Montag	09.30 – 10.30	Nordic-Walking	Stephan Schulte	Avers-le-Hamon-Platz
		15.30 – 17.00	Kegeln (14-tägig)		Hotel Meiners
T08		18.00 – 19.30	NN	NN	GS Sandkrug-Musikraum
T01	Dienstag	15.00 – 16.00	Osteoporose-Gymnastik	Margot Siemers	GS Sandkrug-Musikraum
T02		16.00 – 17.00			
T03		17.00 – 18.00	Rückengymnastik		
W14		19.00 – 20.00	AQUA-Fitness	Marcel Brand	Hallenbad Sandkrug
T07		19.30 – 21.00	Pilates (14-tägig)	Tabea Zurhelle	GS Sandkrug-Sporthalle
		17.00 – 20.30	Kleiner Radausflug (nur in den Sommerferien)	Karl-Heinz Strachalla	Avers-le-Hamon-Platz
T10	Mittwoch	10.00 – 11.00	Qigong	Florian Schwindt	Sandhatten, Clan B
T04		18.30 – 19.30	Gymnastik	Cindi Levkovski	Sporthalle Kirchhatten
T09	Donnerstag	09.30 – 10.30	Seniorengymnastik	Ingrid Wojtke	Ev. Kirche Sandkrug Gemeindesaal
T05		14.30 – 15.30	Gymnastik	Gertrud Strachalla	GS Sandkrug Sporthalle
T06		15.00 – 16.00		Tabea Zurhelle	TV Munderloh
W01		16.00 – 16.45		Wassersport	Hans-Hermann Siemers
W02		16.45 – 17.30	Corinna Hullmann-Willers		
W03		17.30 – 18.15	Carola Baumgart		
W04	18.15 – 19.00				
W05	19.00 – 20.00				
W13	Freitag	16.30 – 17.30	Wassersport	Hans-Hermann Siemers	Hallenbad Sandkrug
W06		17.30 – 18.15		Stephan Schulte	
W07		18.15 – 19.00		Margot Siemers	
W08		19.00 – 19.45			
W09		19.45 – 20.30			
W15	20.30 – 21.30	Integrationskurs Wasser	Corinna Hullmann-Willers Margot Siemers		
W10	Samstag	07.45 – 08.30	Wassersport	Tabea Zurhelle	Hallenbad Sandkrug
W11		08.30 – 09.15			
W12		09.15 – 10.00			
	Sonntag	09.00 – ca. 16.00	Sportive Radtouren (Termine siehe Homepage)	Hans-Hermann Siemers	Treffpunkt Siemers
ROT = Funktionstraining für Patienten mit ärztlicher Verordnung (Mitglieder können teil nehmen)					
BLAU = Reha-Sport für Patienten mit ärztlicher Verordnung (Mitglieder können teil nehmen)					
GRAU = Teilnahme nur für Mitglieder (Keine Patienten mit ärztlichen Verordnungen möglich)					