

Rehasport/ Funktionstraining Kursplan ab 31.05.2021

Montag

10:00 bis 10:45 Uhr
Rehasport*
Outdoor

12:00 bis 12:45 Uhr
Rehasport
Outdoor

16:00 bis 16:45 Uhr
Rehasport*
VfB Energy

18:00 bis 18:30 Uhr
Funktionstraining*
Outdoor

Dienstag

8:15 bis 8:45 Uhr
Funktionstraining*
Outdoor

9:45 bis 10:30 Uhr
Onko Fit
Outdoor

11:00 bis 11:30 Uhr
Funktionstraining
Outdoor

11:45 bis 12:30 Uhr
Rehasport
Outdoor

18:30 bis 19:00 Uhr +
19:00 bis 19:30 Uhr
Wassergymnastik
Funktionstraining*
Hallenbad Sandkamp

19:30 bis 20:15 Uhr +
20:15 bis 21:00 Uhr +
21:00 bis 21:45 Uhr
Wassergymnastik
Rehasport
Hallenbad Sandkamp

17:00 bis 17:30 Uhr
Funktionstraining*
Outdoor

18:00 bis 18:45 Uhr
Rehasport*
Outdoor

Mittwoch

11:30 bis 12:15 Uhr
Rehasport
Outdoor

16:00 bis 16:30 Uhr
Funktionstraining*
VfB Energy

17:00 bis 17:45 Uhr
Rehasport*
VfB Energy

Donnerstag

8:15 bis 8:45 Uhr
Funktionstraining*
VfB Energy

11:00 bis 11:45 Uhr
Rehasport
VfB Energy

12:00 bis 12:30 Uhr
Funktionstraining
VfB Energy

16:00 bis 16:30 Uhr
Funktionstraining*
Outdoor

17:00 bis 17:45 Uhr
Rehasport*
Outdoor

Freitag

11:00 bis 11:45 Uhr
Rehasport
Outdoor

12:00 bis 12:30 Uhr
Funktionstraining
Outdoor

12:30 bis 13:15 Uhr
Rehasport
Outdoor

14:00 bis 14:45 Uhr
Wassergymnastik
Rehasport
Lehrschwimmbecken
Heiligendorf

Anmeldung zu den Kursen

Liebe Teilnehmer/innen,

Jeder Teilnehmer meldet sich FEST zu einer Kurszeit an. Es ist zwingend notwendig sich für unsere Kurse anzumelden, da wir nur eine Höchstzahl von 7 Teilnehmern zulassen können.

Anmeldung **ausschließlich** unter:

rehasport@vfb-fallersleben.de

Mit folgendem Inhalt:

Vor-und Nachname, Kursart,

Wunsch Kurszeit.

Anschließend erhaltet ihr von uns eine Bestätigung.

Für die Teilnehmer unserer Nichtmitglieder-Kurse gilt Weiteres:

Bitte meldet euch zu eurer gewohnten eingeteilten Kurszeit an.

Bitte bringt zu euren Outdoor und Indoor Kursen eine eigene Matte mit. Für die Indoor Kurse alternativ ein großes Handtuch, welches die komplette Matte bedeckt.

Mit * gekennzeichnete Kurse erfordern eine Vereinsmitgliedschaft