



Reha- und Gesundheitssport

Ansprechpartner: Torben Witte

Tel.: 05161-7871859

E-Mail: torben.witte@tvjahn-walsrode.de

Tag	Uhrzeit	Gruppe	Ort	Übungsleiter*in
Trockengymnastik (mit Verordnung)				
Montag	08:30–09:15	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Montag	09:20–10:05	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Montag	17:15–18:00	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Dienstag	09:35–10:20	Rehasport Orthopädie	Gymnastikraum GS Süd	Torben Witte
Dienstag	18:00–18:45	Funktionstraining	Sporthalle Brüggemannschule	Petra Dierking
Dienstag	19:00–19:45	Funktionstraining	Sporthalle Brüggemannschule	Petra Dierking
Donnerstag	18:50–19:35	Fit&Mobil Rehasport Orthopädie	Sporthalle GS Vorbrück	Lea Michaelis
Donnerstag	19:45–20:30	Rückenschule Rehasport Orthopädie	Sporthalle GS Vorbrück	Lea Michaelis
Wassergymnastik (mit Verordnung)				
Dienstag	18:00–19:00	Rehasport Orthopädie im Wasser	Hallenbad Walsrode	Michael Hanisch
Mittwoch	10:55–11:40	Rehasport Orthopädie im Wasser	Hallenbad Walsrode	Torben Witte
Mittwoch	11:40–12:00	Funktionstraining im Wasser	Hallenbad Walsrode	Torben Witte
Donnerstag	09:00–09:45	Rehasport Orthopädie im Wasser	Hallenbad Bad Fallingbostal	Torben Witte
Donnerstag	09:45–10:30	Rehasport Orthopädie im Wasser	Hallenbad Bad Fallingbostal	Torben Witte
Donnerstag	16:00–16:45	Rehasport Orthopädie im Wasser	Hallenbad Walsrode	Lea Michaelis
Freitag	18:00–18:45	Rehasport Orthopädie im Wasser	Kurklinik Bad Fallingbostal	Torben Witte
Herzsport (mit Verordnung)				
Mittwoch	19:30–20:30	Herzsport	Sporthalle SZ Gymnasium	Saskia Sawade & Lea Michaelis
Gymnastik				
Mittwoch	08:30–09:30	Beckenbodengymnastik für Damen	Gymnastikraum GS Süd	Vanessa Marigou
Mittwoch	09:35–10:35	Beckenbodengymnastik für alle	Gymnastikraum GS Süd	Vanessa Marigou
Donnerstag	09:00–10:00	Fitnessgymnastik für Frauen	Gymnastikraum GS Süd	Saskia Sawade
Freitag	16:30–17:30	Fitnessgymnastik (pausiert derzeit)	Gymnastikraum GS Süd	Birgit Stepanski