

Kursplan Bethesda Bewegt Herbst 2018



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
09:00						
09:30		Sturzprävention - 803300-1 Frau Natterer 09:30-10:30 Pfarrer Weissweg 8 Ulm/Söflingen				
10:00						
10:30						
11:00	Sturzprävention - 803100-1 Frau Bohnacker 11:00-12:00 Hauptstr. 64 Neu-Ulm/Pfuhl	Sturzprävention - 803300-2 Frau Natterer 10:45-11:45 Söflingen	Fitness- und Krafttraining - 805000-2 Herr Floh 11:00-12:00			
11:30						
12:00	Wassergymnastik - 801200-1 Frau Sturm 12:00-13:00					
12:30						
13:00	Wassergymnastik - 801200-2 Frau Sturm 13:00-14:00					
13:30			Wassergymnastik - 801100-1 Frau Frieß 13:15-14:00			
14:00		ViviFrail - 810000-1 Frau Heinrich 13:45-14:45		Fitness für den Kopf - 804000-1 Frau Stoll 14:00-15:00	Wassergymnastik - 801300-1 Herr Vrbancic 13:45-14:45	
14:30		Sturzprävention - 803300-3 Frau Natterer 14:00-15:00 Grüner Hof, Ulm	Wassergymnastik - 801100-2 Frau Frieß 14:15-15:00			
15:00					Wassergymnastik - 801300-2 Herr Vrbancic 15:00-16:00	
15:30						
16:00	Wirbelsäulengymnastik- 808000-1 Frau Stier 15:45-16:45	Fitness für den Kopf - 804100-1 Frau Stier 16:00-17:00	Wassergymnastik- 801400-1 Frau Barth 15:30-16:30	Arthrosegymnastik Hüfte/Knie - 850100-1 Herr Mez 15:30-16:15	OrthoFit - 840100-1 Frau Scheck/Frau Barth 16:00-16:45	
16:30			Osteoporose- 830000-1 Frau Scheck 16:00-17:00 Uhr			Fitness- und Krafttraining- 805000-3 Herr Floh 16:30-17:30
17:00	Wirbelsäulengymnastik- 808000-2 Frau Stier 16:45-17:45					
17:30						
18:00						Wassergymnastik - 801100-3 Frau Rebien 18:00-19:00
18:30						
19:00						Wassergymnastik - 801100-4 Frau Rebien 19:00-20:00
19:30						
20:00						

Rehasport