

REHA-Maßnahmen und sportliche Betätigungen zur Gesunderhaltung für Jedermann

- Während Corona Pandemie -

Montag	10:00 - 11:00 Uhr	Yoga (nur für Frauen) Alfred Nobel Str.17, 63128 Dietzenbach Halle und Gelände des Geflügelzuchtvereins Kursleitung: Frau Harjinder Sharma
Montag	11:30 – 12:30Uhr	Tai-Chi/Chi-Gong (Anfänger u. Fortgeschrittene) Alfred Nobel Str.17 Geflügelzuchtverein, 63128 Dietzenbach Kursleitung: Frau Perminder Kaur Jasuija
Montag	14:30 – 15:30 Uhr	Nordic Walking Wendehammer Nordwest-Straße, 63128 Dietzenbach Kursleitung: Birgit Hemmerle
Montag	19:15 – 20:00 Uhr	Wassergymnastik / Orthopädie Reha Monte Mare, Badstr.19, Obertshausen Kursleitung: Ute Tuchel
Dienstag	9:30 – 10:15 Uhr	Orthopädie-Reha Alfred Nobel Str. 17 Geflügelzuchtverein, 63128 Dietzenbach Kursleitung ;Birgit Hemmerle
Dienstag	16:00 – 16:45 Uhr	Orthopädie - (Reha) Alfred Nobel Str. 17 Geflügelzuchtverein 63128 Dietzenbach Kursleitung: Birgit Hemmerle
Dienstag	17:00 – 17:45 Uhr 18:00 – 18:45 Uhr	Koronarsport/Herzsport (REHA) Koronarsport/Herzsport (REHA) Alfred Nobel Str. 17, Geflügelzuchtverein 63128 Dietzenbach Kursleitung: Birgit Hemmerle / Elke Kosel
Mittwoch	15:00 – 15:45 Uhr	Bewegung nach Krebs Alfred Nobel Str. 17 Geflügelzuchtverein,63128 Dietzenbach Kursleitung: Birgit Hemmerle
Mittwoch	17:00 – 17:45 Uhr 18:00 – 18:45 Uhr	Orthopädie (REHA) Alfred Nobel Str. 17 Geflügelzuchtverein 63128 Dietzenbach Kursleitung: Andrea Stier



Freitag	14:00 – 14:45 Uhr	Wassergymnastik / Orthopädie Reha Monte-Mare, Badstr.19, 63179 Obertshausen Kursleitung: Anya Schütze
	15:00 – 15:45 Uhr	Wassergymnastik / Orthopädie Reha Monte Mare, Badstraße 19, 63179 Obertshausen Kursleitung: Anya Schütze
Freitag	15:00 – 16:00 Uhr	Schwimmen für Kinder und Jugendliche ab 6 J. Monte Mare, Badstraße 19, 63179 Obertshausen Kursleitung: Elke Kosel und Ute Tuche
Samstag	09:00 – 10:00 Uhr	Yoga auf dem Stuhl Bildungshaus, Rodgaustraße 9, 63128 Dietzenbach Kursleitung: Frau Harjinder Sharma



Bitte beachten:

Die REHA-Sportzeit beträgt 45 Minuten
Die Sporthallen dürfen nur mit Sportbekleidung und Hallenschuhen betreten werden.

Anmeldung für Rehasport:

Telefon:06074 46939 (AB)
Bürozeiten:
jeden Donnerstag von 16:00 bis 18:00 Uhr
Büro des VSG, Siedlerstraße 66
z.Zt. nur nach tel. Anmeldung bei Eva Karweina
0157/54549853

Telefon:06074 46939 (AB)