



**Kursplan:  
Bismarckstraße**

**Gültig ab: 01.01.18**

**Thera-Fit e.V.  
Bismarckstr.231  
26382 Wilhelmshaven  
Tel.: 04421/21327**

**Thera-Fit e.V.  
Posenerstr.49-53  
26388 Wilhelmshaven  
04421/809730**

[www.thera-fit.de](http://www.thera-fit.de)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	8:15-9:15 Uhr Reha-sport VOLL!		8:30-9:30 Uhr Reha-sport VOLL!	8:45-9:45 Uhr WSG Einsteiger
9:00-10:00 Uhr WSG	9:15-10:15 Uhr Osteoporose	9:00-10:00 Uhr Osteoporose	9:30-10:30 Uhr Reha-sport VOLL!	
10:00-11:00 Uhr Reha-Sport	10:15-11:00 Uhr Funktionstraining	10:00-11:00 Uhr Reha-Sport		10:00-11:00 Uhr Reha-sport Damen
11:00-12:00 Uhr Reha-Sport	11:00-12:00 Uhr Reha-sport D VOLL!	11:00-11:45 Uhr Rheuma-Liga	11:00-12:00 Uhr Reha-sport Damen	11:15-12:15 Uhr Reha-Sport Herren
15:30-16:30 Osteoporose		14.00-14:45 Uhr Rheuma-Liga Hocker		
16:45-17:45 Uhr Betriebssport	15:15-16:15 Uhr Osteoporose			14:30-15:30 Uhr Flotten - Motten
 Das Original! 17:45-18:45 Uhr	16:30- 17:30 Uhr Kinder Reha-Sport		17:00-18:00 Uhr WSG	
	17:45-18:45 Uhr BBP Bodymix		18:00-19:00 Uhr Reha-sport	
19:00-20:00 Uhr Reha-sport	19:00-20:00 Uhr Reha-sport		19:00-20:00 Uhr Reha-sport	
			20:00-21:00 Uhr Reha-Sport Herren	

Alle Kurse finden ab einer Teilnehmerzahl von 3 Personen statt.

Nur Damen				
Reha / Gesundh.sport	Cardio/Ausdauer	Rheumaliga	Osteoporose	PRIVAT/Voll