

Kursplan

Rehasportzentrum | Dr. WOLFF Rückentraining - RPG Halle e.V.
Sportstätte Halle-Neustadt | Cloppener Str. 31

Tel.: (0345) 6 82 19 19
www.rpg-halle.de | info@rpg-halle.de

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
Zeit	Kurs	GZ RZ	Zeit	Kurs	GZ RZ	Zeit	Kurs	GZ RZ	Zeit	Kurs	GZ RZ	Zeit	Kurs	GZ RZ
8:30	Reha MG		8:30	Reha MG		8:30	Reha MG		8:00	Reha MG				
9:30	Reha MG		9:30	Reha MG		9:30	Reha MG		9:00	Reha MG		9:00		
10:30	Reha MG		10:30	Reha MG		10:30	Reha MG		10:00	Reha MG		10:00		
11:30	Reha MG		11:30	Reha Lunge		11:30	Pilates		11:00	Reha MG		11:00		
12:30	Reha MG		12:30	Reha NMG		12:30	Reha MG		12:00	Reha MG		12:00		
13:30	Reha NMG	GZ Dia 13 Uhr	13:30	Reha NMG		13:30	Reha NMG		13:00	Reha Lunge	13:15 Nordic Walking	13:00		
14:30	Reha MG	14:15 Nordic Walking	14:30	Reha NMG	13:30 Reha Schkopau	14:30	Reha NMG	Reha WG Wasser 14 Uhr	14:00	Reha NMG	GZ Dia 14 Uhr		Reha WG Wasser 13:00	
15:30	Line Dance		15:30	Reha MG		15:30	Reha NMG		15:00	Reha Neuro			Reha WG Wasser 13:45	
16:30	Reha MG		16:30	Reha MG		16:30	Reha MG		16:00	Reha NMG				
17:30	Line Dance		17:30	Reha MG		17:30	Reha MG		17:00	Reha MG				
18:30	Reha MG		18:30	Line Dance		18:30	bodyArt		18:00	Reha MG				
19:30	Ganzkörper	Reha WG Wasser 19:30	19:30	Tabata					19:00	Pilates				
		Wasser 20:15												

- Reha (MG)** 45 min Gymnastik Rehasport für Vereinsmitglieder
GZ 45 min Gerätegruppensport für Vereinsmitglieder
RZ 30 min Dr. WOLFF Rückengerätegruppensport für Vereinsmitglieder
Reha WG (im Wasser) 45 min Rehasport in der Schwimmhalle Halle-Neustadt im Nichtschwimmerbecken
Reha (NMG) 45 min Gymnastik Rehasport für Nichtmitglieder

Für Mitglieder des Vereins sind die Fitnesskurse und Nordic Walking inklusive!

Öffnungszeiten: Montag - Donnerstag: 8:30-19:00 Uhr | Fr: 9-14:00 Uhr | An Feiertagen geschlossen

Vers.: 23.07.2025



Dr. WOLFF
SPORTS & PREVENTION