

- Festhalle (Saarlandstraße 9)
- Hauptschule Mitte (Wackenstraße 5)
- EvgI. KH (Obere Himmelsbergstraße 38)
- kath. KH (Kaiserstraße 14)
- Hauptschule Nord (Hofenfelsstraße 53)

Informationen zum VTZ-Rehasport

Trimini

Saarlandstraße 9
 66482 Zweibrücken
vtz-zweibruecken@t-online.de
 Telefon: 06332/77089
 Mo - Fr: 9:00 - 19:00 Uhr

Was ist Reha-Gymnastik?

Training der Mobilität, Stabilität und Koordination des Bewegungsapparates unter besonderer Berücksichtigung der Tiefenmuskulatur wie Beckenbodenbodenmuskulatur und Zwischenwirbelmuskulatur.

Informationen zu aktuellen Kurspreisen auf:

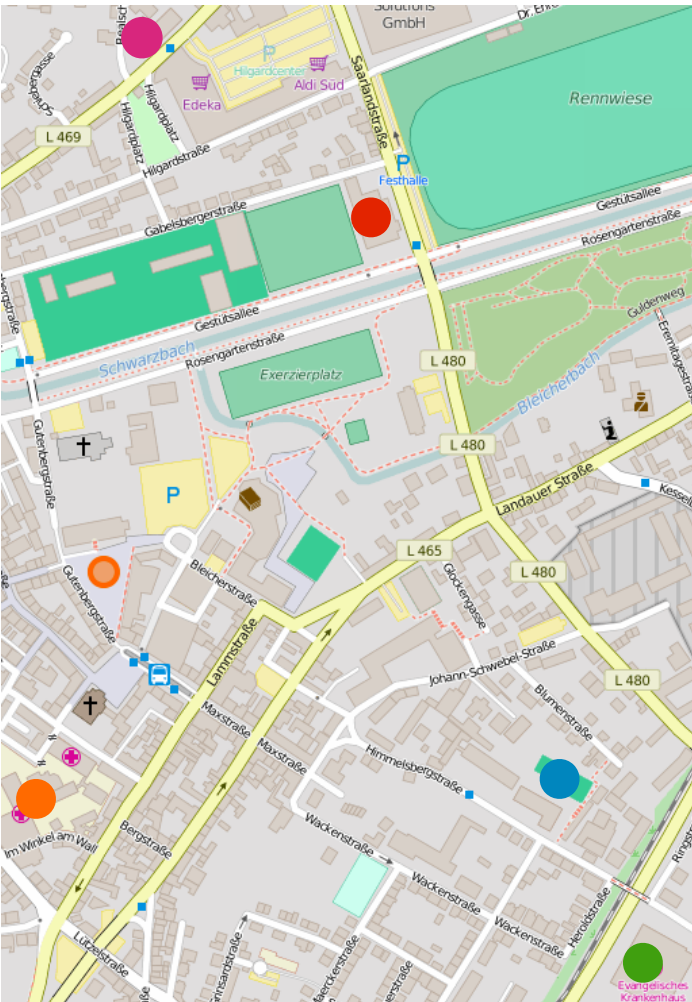
www.vtz-zw.de

Stand: September 2017

Rehabilitationssport

Vereinigte Turnerschaft
 Zweibrücken

17/18



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30 - 9:30 Uhr 9:30 - 10:30 Uhr Reha-Gymnastik Turnhalle Festhalle	8:30 - 9:30 Uhr 9:30 - 10:30 Uhr Reha-Gymnastik Turnhalle Festhalle	9:30 - 10:30 Uhr Krebsnachsorge Turnhalle Festhalle	8:30 - 9:30 Uhr 9:30 - 10:30 Uhr Reha-Gymnastik Turnhalle Festhalle	
	10:00 - 11:00 Uhr Osteoporose kleine Turnhalle Festhalle	11:00 - 11:45 Uhr 11:45 - 12:30 Uhr Reha-Gymnastik kleine Turnhalle Festhalle	14:30 - 15:15 Uhr 15:15 - 16:00 Uhr Reha-Gymnastik kleine Turnhalle Festhalle	11:00 - 11:45 Uhr 11:45 - 12:30 Uhr Reha-Gymnastik kleine Turnhalle Festhalle
	14:30 - 15:15 Uhr Reha-Gymnastik kleine Turnhalle Festhalle		16:00 - 17:00 Uhr Osteoporose kleine Turnhalle Festhalle	
17:00 - 18:00 Uhr Reha-Gym. Sen. Aula HS Nord	16:15 - 17:00 Uhr 17:15 - 18:00 Uhr Lungensport Halle HS Nord		17:15 - 18:00 Uhr 18:15 - 19:00 Uhr Lungensport Nardiniklinikum Therapieraum 329	16:00 - 17:00 Uhr 17:00 - 18:00 Uhr Krebsnachsorge/ Wassergymnastik Schwimmbad Nardiniklinikum
18:15 - 19:15 Uhr Reha-Gymnastik Aula HS Nord	17:30 - 18:30 Uhr Fibromyalgie Pestalozzisch. Turnh.	18:00 - 20:00 Uhr Koronarsport Hauptschule Mitte	17:30 - 18:30 Uhr Reha-Gymnastik Aula HS Nord	
	19:00 - 20:00 Uhr Reha-Gymnastik Breitwiesensch. Turnh.			

Diese Kurse finden in den Ferien statt

19:00 - 20:00 Uhr

Blaue Zeiten = **Einsteigerkurse**