

Gültig ab 09.01.2023

Margot-Bruch-Ring 22  
68753 Wiesental  
Tel: 07254-9859112

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08.15-09.00 Uhr Rehasport		08.15-09.00 Uhr Rehasport				
09.15-10.00 Uhr Rehasport	09.15-10.00 Uhr Rehasport	09.15-10.00 Uhr Rehasport		09.15-10.00 Uhr Rehasport		
10.15-11.00 Uhr Rehasport	10.15-11.00 Uhr Rehasport	10.15-11.00 Uhr Rehasport		10.15-11.00Uhr Rehasport		
		11.00-12.00 Uhr Herzsport		11.15-12.00 Uhr Rehasport		
	15.00-15.45 Rehasport					
	16.00-16.45Uhr Rehasport	16.00-16.45 Uhr Post Covid	16.00-16.45Uhr Rehasport	16.00-17.00 Uhr Lungensport		
17.00-17.45 Uhr Rehasport	17.00-17.45 Uhr Rehasport	17.00-17.45 Uhr Rehasport	17.00-17.45 Uhr Rehasport			
	18.00 -18.45 Uhr Rehasport	18.00 -18.45 Uhr Rehasport	18.00 -18.45 Uhr Rehasport			
	19.00 -19.45 Uhr Rehasport	19.00 -19.45 Uhr Rehasport	19.00 -19.45 Uhr Rehasport			

#### Erkrankungen des Stütz - & Bewegungsapparates

Viele Menschen leiden unter Erkrankungen der Wirbelsäule und Gelenke, wie z.B. Arthrose, Rheuma, Fibromyalgie, Muskel- und Skeletterkrankungen. Betroffene sind körperlich oft eingeschränkt und unterliegen starken Schmerzen. Zur Schmerzlinderung bieten wir Ihnen folgende Therapiemöglichkeiten an:

#### Wirbelsäulengymnastik:

Wirbelsäulengymnastik ist eine Zusammensetzung gezielt aufeinander abgestimmter Übungen zum Aufbau der Rückenmuskulatur gegen Rückenschmerzen und Bewegungseinschränkungen.

#### Mobile Gelenke:

Das funktionelle Training aller Gelenke des Körpers dient speziell zur Schmerzlinderung bei Patienten, die unter Rheuma und/oder Arthrose leiden. Zusätzlich bietet das sanfte Muskelaufbau- und Konditionstraining Diabetes-Patienten die Möglichkeit zur Senkung des Blutzuckerwertes.