

## Wiederaufnahme Reha-Sport

- Ab **8. Juni** ausschließlich in der **Sporthalle**

- Nur mit **Verordnung/Rezept**

(Mitglieder nutzen bitte den Ergo-Raum)

- Nur zu den **angegebenen Kurszeiten**,

Trainingsgruppen bitte nicht wechseln

○ Montag	08:45 – 09:45 Uhr	Frau Dach
	10:00 – 11:00 Uhr	Frau Dach
	14:30 – 15:30 Uhr	Herr Bowitzky
○ Dienstag	09:15 – 10:15 Uhr	Herr Bowitzky
	10:30 – 11:30 Uhr	Herr Bowitzky
	16:30 – 17:30 Uhr	Herr Bündler
	17:45 – 18:45 Uhr	Herr Bündler
○ Mittwoch	09:15 – 10:15 Uhr	Herr Bowitzky
	10:30 – 11:30 Uhr	Herr Bowitzky
	17:00 – 18:00 Uhr	Frau Dach
○ Donnerstag	08:45 – 09:45 Uhr	Frau Dach
	18:00 – 19:00 Uhr	Frau Birke
○ Freitag	09:15 – 10:15 Uhr	Herr Bowitzky
	10:30 – 11:30 Uhr	Herr Bowitzky

- Um vorherige Anmeldung wird gebeten, unter 03332-23962 oder [info@wassersport-schwedt.de](mailto:info@wassersport-schwedt.de)

- Maximale Trainingsgruppengröße **12 Teilnehmer**

- Folgende Dinge sind **mitzubringen**:

- Kugelschreiber
- Großes Handtuch
- Trinkflasche (auch als Übungsgewicht)
- Handschuhe (optional)

- Schlingentraining ist aktuell nicht möglich

- Teilnehmer mit Krankheitsanzeichen und Vorerkrankungen dürfen nicht am Reha-Sport teilnehmen

- Die Yoga-Kurse bei Frau Bowitzky beginnen erst ab Anfang Juli (die Teilnehmer werden noch benachrichtigt)

