

Kursplan Funktionstraining

vom Reha Fit und Aktiv Cloppenburg e.V im Therapie Werk Pleye

Montag

Funktionstraining	11:15 - 11:45 Uhr
-------------------	-------------------

Dienstag

Funktionstraining - Hockergymnastik	10:30 - 11:30 Uhr
Funktionstraining Emstek	11:45 – 12:45 Uhr
Funktionstraining	17:00 - 17:30 Uhr
Funktionstraining	19:00 - 19:30 Uhr
Funktionstraining	19:30 - 20:00 Uhr

Mittwoch

Funktionstraining	10:00 - 10:30 Uhr
Funktionstraining	10:30 - 11:00 Uhr
Funktionstraining	14:00 - 14:30 Uhr
Funktionstraining	17:00 - 17:30 Uhr

Donnerstag

Funktionstraining	8:00 - 8:30 Uhr
Funktionstraining	10:15 – 10:45 Uhr
Funktionstraining	15:00 -15:30 Uhr
Funktionstraining	16:15 – 16:45 Uhr

Freitag

Funktionstraining Emstek	11:45 – 12:15 Uhr
Funktionstraining	14:30 - 15:00 Uhr

- Funktionstraining verbessert Kraft, Mobilität und Stabilität für einen belastbaren Alltag.
Die Einheit dauert 30 Minuten und wird von einem qualifizierten Trainer angeleitet.



Therapie-Werk Pleye
... alles unter einem Dach



REHA FIT UND AKTIV
Cloppenburg e. V.

