Rehabilitationssport und Funktionstraining mit Verordnung

Verein für Leibesübungen von 1850 e.V. Stade / Stand 22.09.2026

Anmeldung und weitere Informationen über die Geschäftsstelle (04141 - 62127, info@vfl-stade.de)

Montag

Dienstag

08:30 – 09:15
Reha-Sport Wassergymnastik
Solemio, Solebecken / Florian

09:15 – 09:45
Funktionstraining Wasser
Solemio, Solebecken / Florian

09:45 – 10:15
Funktionstraining Wasser
Solemio, Solebecken / Florian

16:30 – 17:30
Reha-Sport in Herzgruppen
Turnhalle Thuner Str. / Andrea

17:30 – 18:30
Reha-Sport in Herzgruppen
Turnhalle Thuner Str. / Andrea

Mittwoch

08:45 – 09:30
Reha-Sport Wassergymnastik
Solemio, Aktivbecken / Florian

11:00 – 11:45
Reha-Sport Orthopädie
VfL, Aerobic-Halle / Florian

11:15 – 12:15
Reha-Sport Lunge
VfL, Sporthalle / Andrea

15:30 – 16:15
Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Maike

16:15 – 17:00
Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Maike

17:00 – 17:45
Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Maike

18:00 – 18:45
Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Florian

18:00 – 18:45
Reha-Sport Wassergymnastik
Solemio, Sportbecken / Jennifer

Donnerstag

08:15 – 09:00
Reha-Sport Wassergymnastik
Solemio, Solebecken / Andrea

11:00 – 12:00
Reha-Sport Orthopädie
VfL, Aerobic-Halle / Florian

15:00 – 16:00
Reha-Sport Orthopädie
SCS, Gymnastikraum / Andrea

16:00 – 17:00
Reha-Sport Lunge
SCS, Gymnastikraum / Andrea

20:00 – 21:00
Reha-Sport Orthopädie
VfL, Aerobic-Halle / Florian

Freitag

11:00 – 11:45
Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Florian

11:45 – 12:30
Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Florian

16:00 – 17:00
Reha-Sport Orthopädie
SCS, Gymnastikraum / Florian