

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

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

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 A.

17:30 – 18:30

Reha-Sport in Herzgruppen
Turnhalle Thuner Str. / Andrea A.

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 A.

15:30 – 16:15

Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Maïke

16:15 – 17:00

Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Maïke

17:00 – 17:45

Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Maïke

18:00 – 18:45

Funktionstraining trocken
VfL, Aerobic-Halle / Florian

18:00 – 18:45

Reha-Sport Wassergymnastik
Solemio, Sportbecken / Jennifer

08:15 – 09:00

Reha-Sport Wassergymnastik
Solemio, Solebecken / Andrea A.

11:00 – 12:00

Reha-Sport Orthopädie
VfL, Aerobic-Halle / Florian

15:00 – 16:00

Reha-Sport Orthopädie
SCS, Gymnastikraum / Andrea A.

16:00 – 17:00

Reha-Sport Lunge
SCS, Gymnastikraum / Andrea A.

20:00 – 21:00

Reha-Sport Orthopädie
VfL, Aerobic-Halle / Florian

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