

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
08:45 Reha Bewegt - Rücken		08:45 Reha Bewegt - Yogi~lates	08:30 Treff 08:15 Reha WASSER Gym -Warteliste	08:45 Reha FiT MiX - Pilates	EILMELDUNG: HELFER DRINGEND zu 2026 GESUCHT! IM EHRENAMT: bis zu mtl. 250€ STEUERFREI MÖGLICH! PORTARIS & REHA SPORT e.V. BRAUCHT DICH :-) INTRESSE ? -> TRAG DICH GERNE AM EMPFANG IN DIE HEFER LISTE EIN!
09:45 Reha Bewegt - Pilates	09:45 Reha FiT MiX - AUS-DAUER		09:45 BAUCH WECK AIR SHAPER FiT MiX - AUS-DAUER Feb. 26	09:45 Reha Mobility - Balance	
10:45 Reha Mobility -Sturzprophylaxe	11:00 STUDIO 4b GERÄTE -TRAINER ZEIT	10:45 BASIS Reha Hocker -Sturzprophylaxe			
15:15 Treff 15:00 Reha WASSER Gym -Warteliste			15:15 Treff 15:00 Reha WASSER Gym - Warteliste	15:15 Treff 15:00 Reha WASSER Gym - Warteliste	
16:00 Treff 15:45 Reha WASSER FiT -Warteliste	NEU [ab 18 TN] ANMELDUNGEN 15:45 BASIS 04/26 Reha		16:00 NEU AB MÄRZ 26 Reha WASSER FiT		
17:00 Reha Pilates - Rücken	17:00 FiT MiX - MEDICAL	17:45 je 60 Min. Hauptstr.7 ZUMBA	17:00 Reha Mobility - Balance	17:00 Reha Rücken - WOHL	
			18:00 STUDIO 4b GERÄTE -TRAINER ZEIT		
18:00 Reha Rücken - Faszien	17:30 Treff 17:15 Uhr Reha WASSER FiT - Warteliste		18:00 Reha Bewegt - Faszien		
			19:00 Reha Yogi~lates		
19:00 Reha Fit Mix - INTERVALL	19:00 Reha FiT MiX - BEWEGT		19:45 Treff 19:30 Uhr Reha WASSER FiT - Warteliste		
20:00 Reha Yogi~lates - Rücken			20:00 je 60 Min. ZUMBA *auch Anfänger		

GUTSCHEIN für DiCH

:-) für alle Mitglieder :-)

KÖRPER ANALYSE

BEWEGUNG + BIO AGE + MESSUNGEN

TEST MONAT: GERÄTE FLAT

TEST MONAT -> PFAND 20€ [BAR] | ANGEBOT NUR NOCH BIS 05.12.2025
 ANGEBOT: GERÄTE FLAT mtl. 28€ [€ bei 24 M. Startlaufzeit nur für MITGLIEDER]

BITTE MITBRINGEN zum KURS: CHECK IN: Kranken-Kasse-Karte + Turnschuhe o. Stopper-Socken + Trainingsjacke + Trinken + Bade-Handtuch

KURS & REHA ENTSCHULDUGUNG + ABSPRACHE ERSATZ KURS TERMIN -> Nur per Whats App ~ Nachricht unter: 0176 - 200 19735

WICHTIG: ABSPEICHERN! -> 0176 -200 19 735 MOBIL NR. PORTARIS KURS & REHA BEREICH! WOZU? -> DAMIT DICH DIE -> INFO NACHRICHTEN ERREICHEN KÖNNEN! INFOS: z.B. -KURS PAUSE

INFO & EMPFANG ZEITEN Mo & Sa: 10-11 Uhr

ABGABE VON FOLGE REHA VERORDNUNG oder z.B. TERMIN VERGABE MASSAGE & WELLNESS BEREICH

NUTZE DIE ONLINE TERMIN BUCHUNG UNTER: -> WWW.GESUNDHEIT-IM-ZENTRUM.INFO

MITGLIEDER SERVICE TERMIN FÜR -> VERTRAGSANPASSUNG I -> KURS ZEIT ÄNDERUNGSWÜNSCHE I -> ABGABE DER [FOLGE] REHA VERORDNUNG

HINTERLASST UNS EINE NACHRICHT mit EUREM ANLIEGEN:

MOBIL: 0171 300 18 - 80 | FESTNETZ: 0571-59 71 7000 | E MAIL SENDEN AN: info@gesundheit-im-zentrum.info