

Übersicht über das Sportangebot der RBSG Tönisvorst e.V.

(Stand März 2015)

Wochentag	Uhrzeit	Sportstätte	Reha-Sport (R) Behindertensport (B)	Teilnehmerkreis: Indikationen:
Montag	15:00 - 15:45 15:00 - 15:45 15:45 - 16:30	Sport- und Freizeitbad H2oH Schelthofer Str. 80	Schwimmen (R) 1. Gr. Wassergymnastik (R) 2. Gr. Wassergymnastik (R)	männl./weibl. Orthopädie Personen mit Einschränkung des Bewegungs- und Stützsystems einschl. Hüft- und Knie-TEP; außerdem mit besonderer Verordnung des Arztes: Lungen- u. Atemwegserkrankte, Konorargeschädigte, pAVK-, Schlaganfall- u. Diabetes-Patienten
	20:15 - 21:45	abtrennbare Dreifachsporthalle (1.+3. Drittel) Corneliusfeld, Corneliusstr. 25 (2 Gruppen)	Gymnastik/ Bewegungsspiele (R) (Wirbelsäulengymnastik)	siehe oben
		dto.	Tischtennis (B)	männl./weibl. Teilnahme ist nach einer gesonderten sportärztlichen Untersuchung mit Festsetzung der Schadensklasse möglich
Dienstag	16:45 - 18:15	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele/ Ergometer-Training (R)	männl./weibl. Innere Medizin Koronar-Geschädigte
	18:30 - 20:00	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele/ Ergometer-Training (R)	männl./weibl. Innere Medizin Koronar-Geschädigte
	20:00 - 21:00	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Wirbelsäulengymnastik (R)	weiblich Orthopädie Personen mit Einschränkung des Bewegungs- und Stützsystems
Mittwoch	15:00 - 16:00	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele (R)	männl./weibl. Neurologie Schlaganfall-Patienten
	16:00 - 17:00	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele (R)	männl./weibl. Innere Medizin Lungen- u. Atemwegserkrankte
	17:15 - 18:45	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele/ Ergometer-Training (R)	männl./weibl. Innere Medizin Koronar-Geschädigte
Donnerstag	17:30 - 19:00	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele (R)	männl./weibl. Innere Medizin pAVK- u. Diabetes-Patienten
	19:00 - 20:30	Gymnastikraum Antoniuszentrum GmbH Krankenhaus, Hospitalstr. 2	Gymnastik/ Bewegungsspiele/ Ergometer-Training (R)	männl./weibl. Innere Medizin Koronar-Geschädigte
	18:30 - 19:15 18:30 - 19:15 19:15 - 20:00 20:00 - 20:45	Sport- und Freizeitbad H2oH Schelthofer Str. 80	Schwimmen (R) 1. Gr. Wassergymnastik (R) 2. Gr. Wassergymnastik (R) 3. Gr. Wassergymnastik (R)	männl./weibl. Orthopädie Personen mit Einschränkung des Bewegungs- und Stützsystems einschl. Hüft- und Knie-TEP; außerdem mit besonderer Verordnung des Arztes: Lungen- u. Atemwegserkrankte, Konorargeschädigte u. Schlaganfall-Patienten

außerdem sonntags: Wandern/Radwandern, in der Regel jeweils 1 x monatlich nach vorheriger Ankündigung