

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

09.00 – 09.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

09.00 – 09.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

09.00 – 09.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

09.00 – 09.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

10.00 – 10.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

10.00 – 10.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

11.10 – 12.00 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

11.10 – 12.00 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

12.00 – 12.50 (F)
**Präventions-
betreuung**

12.00 – 12.50 (F)
**Präventions-
betreuung**

- ① Kursraum 1
- ② Kursraum 2
- (F) Trainingsfläche
- (B) Beratungsraum

17.00 – 17.50 (F)
**Präventions-
betreuung**

17.30 – 18.20 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

17.00 – 17.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

18.00 – 18.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

18.00 – 18.50 (F)
**Präventions-
betreuung**

18.00 – 20.00 (B)
**Physiotherap.
Sprechstunde**

18.30 – 19.20 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

18.00 – 18.50 (2)
**Rehasport
Wirbelsäule**

19.00 – 19.50 (1)
**Rehasport
Wirbelsäule**

20.30 – 21.30 (F)
**Präventions-
betreuung**

Die Gesundheitsangebote der
Sportwelt in Kooperation mit



Landessportbund
Hessen e.V.



BSA-Akademie
Prävention, Fitness, Gesundheit
School for Health Management



Hessischer Behinderten-
und Rehabilitations-Sport-
verband e.V.



Deutsche Hochschule
für Prävention und Gesundheitsmanagement
University of Applied Sciences



DEUTSCHER SPORTBUND
SPORT PRO
GESUNDHEIT
GEPRÜFT & EMPFOHLEN

Individuelle Gesundheitsberatung

- jederzeit kostenfrei und unverbindlich
- telefonische Voranmeldung 06003-7282

Rehasport Wirbelsäule

- mit den Sportwelt-Rehatrainern
- Kräftigung & Stabilisierung der Rumpfmuskulatur
- Verbesserung der Beweglichkeit
- perfekter Bewegungseinstieg

Präventions-Betreuung

- mit Gesundheitstrainerin Angelika Stark
- spezielle Trainingsbetreuung für Teilnehmer der Präventionskurse

Physiotherapeutische Beratung

- mit Physiotherapeutin Kathrin Haase
- jeden Dienstag von 18.00 – 20.00 Uhr
- telefonische Voranmeldung 06003-7282
- kostenfrei & unverbindlich

Eventseminar Gesundheitstraining

- mit Trainings- & Ernährungsexperte A.Holz
- praxisnahe und umsetzbare Tipps aus den Bereichen Training & Ernährung
- telefonische Voranmeldung 06003-7282

Gesundheitssport...

ist die Kernkompetenz der Sportwelt Rosbach. Im Mittelpunkt aller unserer Tätigkeiten steht Ihr Trainingserfolg und Ihr Wohlfühlen. Aus diesem Grund empfehlen viele Arztpraxen und Physiotherapeuten die Kurs- und Trainingsangebote in unserem Gesundheitsstudio.

Unsere ausgebildeten Übungsleiter stehen Ihnen gerne für individuelle Beratungen zur Verfügung.

Mehr Infos zu Angeboten und Inhalten erfahren Sie auch auf unserer Internetseite www.sportweltrosbach.de!

Wir freuen uns auf Sie!



Sportwelt Rosbach e.V.
Sportzentrum; 61191 Rosbach
Tel.: 06003 – 7282
www.sportweltrosbach.de

Rehasport

in der Sportwelt Rosbach

- Wirbelsäulengymnastik
- Osteoporosegymnastik
- Hüft-TEP Gymnastik
- physiotherapeutische Beratung & Betreuung
- Seminare
- u.v.a.m.

Winter 2012
gültig ab 09.01.12



Tel.: 06003 – 7282

www.sportweltrosbach.de