

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	WOCHENENDE
07:45-08:30 Aqua Vital <i>Vereinsmitglieder</i> Oberpleis				07:45-08:30 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis	<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Re(h)aktiv e.V. Kursplan Stand: Juni 2017 www.rehaktiv-gesundheitssport.de</p> </div>
08:30-09:15 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis				08:30-09:15 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis	
09:15-10:00 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis		08:00-09:00 Nordic Walking <i>Gesundheitssport</i> Oelinghoven	09:00-11:00 Aktiv, auch wenn das ICH verwischt <i>Rehasport für Menschen mit Demenz</i> Seniorenhaus Stieldorf	09:00-09:45 Beckenbodengymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oelinghoven	09:15-10:00 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis
10:00-10:45 Aqua Vital <i>Vereinsmitglieder</i> Oberpleis	10:00-10:45 Hüfte und Knie - Beweglich wie nie! <i>Rehasport Orthopädie</i> Sankt Augustin	10:00-11:00 In-takt - Beweglich wie nie <i>Gesundheitssport</i> Oelinghoven		10:00-11:00 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Oelinghoven	10:00-10:45 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis
	10:45-11:30 Schulter, Rücken, Beine <i>Rehasport Orthopädie</i> Sankt Augustin			11:15-12:30 Aktiv bei Schlaganfall, MS & Co. <i>Rehasport Neurologie</i> Oelinghoven	
16:45-17:45 Die verRÜCKtEN Kids <i>Gesundheitssport</i> Stieldorf	17:00-18:00 Bewegt durch den Alltag <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf			17:00-18:30 YOGA XXL, sanft & inklusiv <i>Entspannung</i> Rauschendorf	
18:00-19:00 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf	18:00-19:00 Mobil und beweglich bleiben <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf				
19:00-20:00 Slashpipe <i>Gesundheitssport</i> Stieldorf		19:00-20:00 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf	19:00-20:30 Auszeit vom Alltag und Zeit für Dich <i>Entspannung</i> Rauschendorf		
		20:00-21:00 Mobil und bewegt in den Feierabend <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf			

Wandertreff,
Monatlich Samstag oder Sonntag. Termine, Routen und Startzeiten entnehmen Sie bitte unserem Wanderflyer, unserer Homepage oder der Tagespresse.

- Unsere Sportstätten:**
- **Stieldorf:**
 - Familienzentrum Stieldorf, *Oelinghovener Straße 24*
 - **Seniorenhaus Stieldorf**
 - *Am Forstkreuz 10*
 - **Rauschendorf:**
 - CJD Kindergarten; *Rauschendorfer Straße 81*
 - **Oelinghoven:**
 - Dorfgemeinschaftshaus, *Zur Heide 29a*
 - **Oberpleis:**
 - Saunapark Siebengebirge, *Dollendorfer Str. 106-110*
 - **Sankt Augustin:**
 - Halle am Sportzentrum West, *Grantham Allee 27*

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	WOCHENENDE
07:45-08:30 Aqua Vital <i>Vereinsmitglieder</i> Oberpleis				07:45-08:30 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis	<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Re(h)aktiv e.V. Kursplan Stand: Juni 2017 www.rehaktiv-gesundheitssport.de</p> </div>
08:30-09:15 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis				08:30-09:15 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis	
09:15-10:00 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis		08:00-09:00 Nordic Walking <i>Gesundheitssport</i> Oelinghoven	09:00-11:00 Aktiv, auch wenn das ICH verwischt <i>Rehasport für Menschen mit Demenz</i> Seniorenhaus Stieldorf	09:00-09:45 Beckenbodengymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oelinghoven	09:15-10:00 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis
10:00-10:45 Aqua Vital <i>Vereinsmitglieder</i> Oberpleis	10:00-10:45 Hüfte und Knie - Beweglich wie nie! <i>Rehasport Orthopädie</i> Sankt Augustin	10:00-11:00 In-takt - Beweglich wie nie <i>Gesundheitssport</i> Oelinghoven		10:00-11:00 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Oelinghoven	10:00-10:45 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis
	10:45-11:30 Schulter, Rücken, Beine <i>Rehasport Orthopädie</i> Sankt Augustin			11:15-12:30 Aktiv bei Schlaganfall, MS & Co. <i>Rehasport Neurologie</i> Oelinghoven	
16:45-17:45 Die verRÜCKtEN Kids <i>Gesundheitssport</i> Stieldorf	17:00-18:00 Bewegt durch den Alltag <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf			17:00-18:30 YOGA XXL, sanft & inklusiv <i>Entspannung</i> Rauschendorf	
18:00-19:00 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf	18:00-19:00 Mobil und beweglich bleiben <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf				
19:00-20:00 Slashpipe <i>Gesundheitssport</i> Stieldorf			19:00-20:00 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf	19:00-20:30 Auszeit vom Alltag und Zeit für Dich <i>Entspannung</i> Rauschendorf	
			20:00-21:00 Mobil und bewegt in den Feierabend <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf		

Wandertreff,
Monatlich Samstag oder Sonntag. Termine, Routen und Startzeiten entnehmen Sie bitte unserem Wanderflyer, unserer Homepage oder der Tagespresse.

- Unsere Sportstätten:**

 - **Stieldorf:**
 - Familienzentrum Stieldorf, *Oelinghovener Straße 24*
 - **Seniorenhaus Stieldorf**
 - *Am Forstkreuz 10*
 - **Rauschendorf:**
 - CJD Kindergarten; *Rauschendorfer Straße 81*
 - **Oelinghoven:**
 - Dorfgemeinschaftshaus, *Zur Heide 29a*
 - **Oberpleis:**
 - Saunapark Siebengebirge, *Dollendorfer Str. 106-110*
 - **Sankt Augustin:**
 - Halle am Sportzentrum West, *Grantham Allee 27*