

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
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	09:00-10:00 Nordic Walking <i>Gesundheitssport</i> Oelinghoven		09:00-09:45 Beckenbodengymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oelinghoven	09:15-10:00 Wassergymnastik <i>Rehasport Orthopädie</i> Oberpleis	<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px; text-align: center;"> <p>Wandertreff - Monatlich, Samstag, Sonntag oder Feiertags - Startpunkt, Zeiten und Route siehe Wanderflyer, Internet und Zeitungen</p> </div>	
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	10:00-10:45 Wir stellen alles auf den Kopf - Aktiv, auch wenn das ICH verwischt <i>Rehasport für Menschen mit Demenz</i> Seniorenhaus Stieldorf	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 - kennen keine Langeweile! <i>Rehasport Orthopädie</i> Sankt Augustin		12:00-13:15 Aktiv bei Schlaganfall, MS & Co. <i>Rehasport Neurologie</i> Oelinghoven			
16:30-17:30 Die verRÜCKtEN Kids <i>Gesundheitssport (6-10-J.)</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 Rehasport <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf	19:00-20:30 Auszeit vom Alltag und Zeit für Dich <i>Entspannung</i> Rauschendorf			
19:00-20:00 Slashpipe <i>Gesundheitssport</i> Stieldorf		20:00-21:00 Mobil und bewegt in den <i>Rehasport Orthopädie</i> Stieldorf				
				<div style="border: 1px solid orange; padding: 10px;"> <p>Unsere Sportstätten in Königswinter:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Stieldorf: Familienzentrum Stieldorf, <i>Oelinghovener Straße 24</i> ➤ Seniorenhaus Stieldorf, <i>Am Forstkreuz</i> ➤ Rauschendorf: CJD Kindergarten; Rauschendorfer Straße 81 ➤ Oelinghoven: Dorfgemeinschaftshaus, <i>Zur Heide 29a</i> ➤ Oberpleis: Saunapark Siebengebirge, <i>Dollendorfer Straße 106-110</i> ➤ Sankt Augustin: Halle am Sportzentrum West, <i>Grantham Allee 27</i> </div>		