

Anreise Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Wochenende	Montag
bis 14 Uhr	07:00 Uhr – 07:30 Uhr Frühspport	08.30 Uhr – 10:00 Uhr Gruppe Stress	07:00 Uhr – 07:30 Uhr Frühspport	Schwimmen Sauna Hydrojet	08:30 Uhr – 10:00 Uhr Nordic Walking
14:00 Uhr – 15:30 Uhr Aufnahme Arzt	08:00 Uhr – 08:30 Uhr VNS + Einweisung CASPAR	11:30 Uhr – 12:00 Uhr Wassergymnastik	08:30 Uhr – 10:00 Uhr Nordic Walking		11:00 Uhr – 11:45 Uhr Fragerunde CASPAR
15:30 Uhr – 16:00 Uhr Einführung durch Therapeuten	10:00 Uhr – 10:30 Uhr Hydrojet Einweisung	14:30 Uhr – 15:00 Uhr Entspannung	10:30 Uhr – 12:30 Uhr Kochkurs		15:30 Uhr – 16:00 Uhr Feedbackrunde
16:00 Uhr – 17:00 Uhr Aufnahme Arzt	13:00 Uhr – 13:30 Uhr Einweisung Fitnessraum		13:00 Uhr – 14:00 Uhr Vortrag Alltagsdrogen		
Pflege individuell ab 14:00 Uhr möglich	14:00 Uhr – 15:00 Uhr Vortrag Ges. Ernährung		14:30 Uhr – 15:00 Uhr Wassergymnastik		
	Hydrojet CASPAR	Hydrojet CASPAR	Hydrojet CASPAR		CASPAR

erstellt	geprüft	freigegeben	Änderungsstand	Ablaufdatum	Seite
VD 05.10.2023	PTL/QMB 17.01.2024	VD 17.01.2024	17.01.2024	31.12.2025	Seite 1 von 1
Dateiname	DO RV Fit Wochenprogramm				