



**ORTHO FIT**  
Prävention • Therapie • Training **HL**

### Rehasport - Kursplan gültig ab 01.01.2023

*Kurse sowie Gerätetraining sind von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst!*

Rehasport \* T-Rena\* Gerätetraining \* Krankengymnastik

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	<b>Anmeldung: Dienstag und Donnerstag</b>			
	9:20 – 10:05 <i>Wirbelsäulengymnastik</i>	<b>15:00 – 18:00 Uhr</b>	9:00 – 9:45 <i>Fit und Gesund</i>	
	10:20 – 12:05 <i>Hockergymnastik</i>			
	17:30 – 18:15 <i>Rücken Fit</i>		17:45 – 18:30 <i>Fit und Gesund</i>	
18:00 – 18:45 <i>Aktiv am Abend</i>	18:30 – 19:15 <i>Fit und Gesund</i>			



**Orthofit e.V.**, Kreienkoppel 8, 23556 Lübeck, Tel.: 0451 / 121 8996, [www.verein-orthofit.info](http://www.verein-orthofit.info)  
Öffnungszeiten: Di 10:00 – 18:30 Uhr, Do 10:00 – 18:30Uhr, Mo + Mi + Fr geschlossen