Medizinische Trainingstherapie / Aquafitness (Maximal **16** Termine)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 - 09:30 Uhr	**MTT**	**MTT**			**MTT**
15:15 – 16:45 Uhr	**MTT**	**MTT**	**MTT**	**MTT**	
16:45 – 18:15 Uhr	**MTT**	**MTT**	**MTT**	**MTT**	
18:15 – 19:45 Uhr		**MTT / Funktionszirkel***	**Aquafitness / Funktionszirkel***	**MTT / Aquafitness***	

*** Findet im wöchentlichen Wechsel statt.**

Bitte beachten Sie: Die Umkleiden/Duschen werden um 18:30 bzw. 20:00 Uhr abgeschlossen!

Kurse der Ernährungs-, Arbeits-, Ergotherapie und Psychologie (Mindestens **8** Termine)

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
15:00 – 16:30 Uhr	**Entspannungsmethoden** (Treffpunkt vor der MTT)			
16:45 - 18:15 Uhr (Kurse finden zeitgleich statt)		**Funktionelles Alltagstraining *** (Große Halle)	**Seminar Ernährungsfit Teil 1 oder 2** (Multi.-Raum/Hotel Süd)	**Funktionelles Alltagstraining *** (Große Halle)
		Aktiv-Küche *² (Lehrküche)	**Entspannungsmethoden** (Treffpunkt vor der MTT)	**Prävention am Arbeitsplatz** (Multi.-Raum/Hotel Süd)
18:15 – 19:45 Uhr		**Funktionszirkel *³** (Große Halle)		

*** Für diesen aktiven Kurs benötigen Sie Sportbekleidung.**

***² In diesem Kurs wird gekocht u. gegessen.**

***³ Dieser aktive Kurs findet Dienstag und Mittwoch im Wechsel statt. Sie benötigen Sportbekleidung und ein großes Handtuch.**