

Termine für Montag

Frühstück
08:30 Physiotherapie
10:30 Rückenschule
11:00 Funktionstraining Rücken
Mittagessen
13:30 Bewegungsbad Wirbelsäule AHB
16:30 MTT (Medizinische Trainingstherapie)
Wirbelsäule
Abendessen

Termine für Dienstag

Frühstück
08:00 Rückenschule
08:30 Funktionstraining Rücken
10:30 Chef/Oberarztvisite
Mittagessen
14:30 MTT
16:00 Therabandgruppe 1
Abendessen

Termine für Mittwoch

Frühstück
08:30 Physiotherapie
09:30 Wirbelsäulen-Gymnastik AHB
11:00 Funktionstraining Wirbelsäule
Mittagessen
13:00 Bewegungsbad Wirbelsäule AHB
14:30 Therabandgruppe 1
16:00 Schmerzschulung 1
Abendessen

Termine für Donnerstag

Frühstück
08:00 Rückenschule
08:30 Funktionstraining Rücken
09:30 MTT
11:00 Wirtschaftliche Sicherheit
Mittagessen
13:00 Bewegungs- und
Gesundheitstraining
14:30 Physiotherapie
15:30 Therabandgruppe 1
Abendessen

Termine für Freitag

Frühstück
08:00 Rückenschule
08:30 Funktionstraining Rücken
09:30 MTT
10:00 Stationsvisite
Mittagessen
13:00 Wirbelsäulen-Gymnastik AHB
15:00 Progressive Muskelrelaxation (PMR)
16:30 Physiotherapie
Abendessen

Termine für Samstag

Frühstück
09:30 Physiotherapie
10:00 WS Gymnastik AHB
12:00 Bewegungsbad WS
AHB
Mittagessen
Eigenübungen
Eigenübungen CoreCircuit
Abendessen