

Orthopädische Gymnastik im Fitnessstudio ADYTON



Der zertifizierte Rehasport in der Orthopädie (mit medizinischer Verordnung vom Arzt) findet zu den folgenden Zeiten im Fitnessstudio ADYTON, Sachsenweg 78, 22455 Hamburg, statt und kann mit einer Mitgliedschaft im Fitnessstudio kombiniert werden:

Mo	12.00 – 12.45 Uhr , 13.00 – 13.45 Uhr
Di	12.00 – 12.45 Uhr und 13.00 –13.45 Uhr
Mi	08.15 – 09.00 Uhr, 16.15 -17 Uhr, 17.15 – 18 Uhr
Do	12.00 – 12.45 Uhr, 13.00 – 13.45 Uhr
Fr	12.00 – 12.45 Uhr, 13.00 – 13.45 Uhr und 19.15 – 20.00 Uhr Aqua-Reha: 18.15 – 19.00 Uhr
So	09.15 – 10.00 Uhr und 10.15 – 11.00 Uhr



Euer TEAM ADYTON

Herzsport, Lungensport, Rehasport in der Krebsnachsorge



im Niendorfer Turn- und Sportverein von 1919 e.V



Unsere Angebote im Herzsport, Lungensport und in der Krebsnachsorge sind sowohl für Interessenten mit einer gültigen medizinischen Verordnung vom Arzt in der Abteilung Turnen-Freizeit-Gesundheit (TFG) möglich, als auch für Interessenten ohne eine medizinische Verordnung. Sprechen Sie uns im Sportbüro des Niendorfer TSV oder unter info@niendorfer-tsv.de gerne an!

Herzsport inkl. Mitgliedschaft im Niendorfer TSV v. 1919 e.V.:

- Mo** 12.30 – 13.30 Uhr Bondenwald 14c (NTSV Halle) Svenja Christiansen (ab Mitte September 2022, Start nach Vereinbarung)
- Di** 18.00 – 19.00 Uhr und 19.00 – 20 Uhr (> 75 Watt Schule Schule Bindfeldweg (Halle), Silke Ahrens)
- Mi** 19.00 – 20.00 Uhr und 20 – 21 Uhr (> 75 Watt), Norbert Hauschildt Schule Bindfeldweg (Halle, Start ab Mitte September nach Vereinbarung)

Lungensport mit und ohne Mitgliedschaft im Niendorfer TSV v. 1919 e.V. möglich:

- Mo** 13.30 – 14.30 Uhr (Plus) Bondenwald 14c (NTSV Halle) Svenja Christiansen
- Di** 16.15 – 17.00 Uhr (Basic) und 17.00 – 17.45 Uhr (Basic), Schule Bindfeldweg (Halle) Inge Drögemüller
- Di** 18.15 – 19.30 Uhr (Plus), Schule Burgunderweg (Halle) Kathi Trabert

Krebsnachsorge mit und ohne Mitgliedschaft im Niendorfer TSV v. 1919 e.V. möglich:

- Di** 08.00 – 09.00 Uhr Bondenwald 14c (NTSV Halle) Svenja Christiansen



Euer Rehasport-TEAM



Infos: ADYTON - Das Fitness- und Gesundheitsstudio im Niendorfer Turn- und Sportverein von 1919 e.V.
Sachsenweg 78 * 22455 Hamburg * Tel.: 040 - 554 216 -0 info@niendorfer-tsv.de

