

Übersicht Nachsorgegruppen (IRENA, ggf. Prävention DRV, MEY-RENA)



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
--------	----------	----------	------------	---------	---------

Vormittag	Zeit	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad
	08.00 – 08.30 Uhr	Wirbelsäule	untere Extremität	Wirbelsäule		untere Extremität	Wirbelsäule	untere Extremität		Wirbelsäule	untere Extremität		
	08.30 – 09.00 Uhr	obere Extremität		obere Extremität	untere Extremität		obere Extremität	Wirbelsäule	obere Extremität				
	09.30 – 10.00 Uhr											Wirbelsäule	
	10.00 – 10.30 Uhr											obere Extremität	
	11.30 – 12.00 Uhr												Wirbelsäule
	12.00 – 12.30 Uhr												untere Extremität

Nachmittag / Abend	Zeit	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Gruppe	Bad	Die Samstagsgruppen finden vom 01.10. – 31.03. statt (Wintermonate). Von 01.04. – 30.09. finden samstags keine Gruppen statt (Sommerpause).
	15.30 – 16.00 Uhr									untere Extremität		
	16.00 – 16.30 Uhr									Wirbelsäule		
	16.30 – 17.00 Uhr	Wirbelsäule		Wirbelsäule		Wirbelsäule		Wirbelsäule				
	17.00 – 17.30 Uhr	untere Extremität		Untere Extremität	obere Extremität		Wirbelsäule	untere Extremität				
	17.30 – 18.00 Uhr	untere Extremität			untere Extremität		untere Extremität	obere Extremität				
18.00 – 18.30 Uhr			Wirbelsäule					Wirbelsäule				

Wirbelsäule (HWS, BWS, LWS)
 untere Extremität (Knie, Hüfte, Fuß, LWS)
 obere Extremität (Schulter, Ellenb., HWS)