



Reha-Sport Wochenplan Winter 2026

Behinderten- und Rehasportverein Rosenheim e.V.

Rehasport	Tag	Uhrzeit	Wo/Ort	Übungsleiter	Kontakt	Zusatzinfos
Orthopädie/Innere Medizin-allgemein	Montag	09:15 - 10:15	Sportheim Au bei Bad Feilnbach	Heidi Burger	0179-9745875	Krankheitsbilder im Bereich: Orthopädie und innere Medizin
Reha-Gruppe 60+	Montag	14:00 - 15:00	Bürgerhaus Happung	Gertraud Jerger	08035-907764	Krankheitsbilder im Bereich: Orthopädie + Prostatakrebs
Schongymnastik für die Körperwahrnehmung und zum Konditionsaufbau. 60+	Montag	15:15 - 16:15	Bürgerhaus Happung	Gertraud Jerger	08035-907764	für Patienten mit Krebserkrankung, Osteoporose und Diabetes
Schwimmen	Montag	17:00 – 17:55	Hans-Klepper-Hallenbad	Johanna Gantner	08031 – 236959	
Wassergymnastik II	Montag	18:30 – 19:00	Hans-Klepper-Hallenbad	Marianne Piputa	08031 - 236959	
Aquajogging	Montag	18:30 – 19:00	Hans-Klepper-Hallenbad	Cornelia Strauß	08031 - 236959	
Rehasportgruppe für Menschen mit LONG-/POST-COVID	Montag	16:30 – 17:30	Bürgerhaus Happung	Ralf Staude Gertraud Jerger	08035-9557929	Long Covid und PostCovid - Erkrankte
Orthopädie / Innere Medizin	Montag	16:45 – 18:00	Alte Turnhalle Mittelschule Ro-Fürstätt, Am Gieß 11b	Anna Steffener	0151-41621301	für Osteoporose-Erkrankte, Patienten mit Asthma, Diabetes, Patienten mit Operationen an dem Stütz- und Bewegungsapparat
Jugendsport Gruppe	Montag	18:30 – 19:45	Alte Turnhalle Mittelschule Ro-Fürstätt, Am Gieß 11b	Ralph Onnasch Angelika K.	0179 - 5950017	Sportangebot für junge Menschen mit körperlicher, geistiger, seelischer Behinderung

Yoga mit Rehasport	Dienstag	16:00 – 18:00	Alte Turnhalle Mittelschule Ro-Fürstätt, am Gieß 11b	Lisa Märkl	0179 - 5225132	Yoga passend in den Rehasport
Lungensportgruppe	Dienstag	17:00 – 18:00	Gymnastikraum Westerndorf-St. Peter Römerstraße 2 - 4	Ralf Staude	08035-9557929	Für Osteoporose und Wirbelsäulen-Erkrankte, Patienten mit Operationen am Stütz- und Bewegungsapparat
Reha – Soft Orthopädie/Innere Medizin	Dienstag	18:00 – 19:00	Gymnastikraum Westerndorf-St. Peter Römerstraße 2 - 4	Ralf Staude	08035-9557929	Patienten mit Asthma, Lungenerkrankungen, Diabetes und mit/nach Krebserkrankungen
Nordic Walking I	Mittwoch	10:00 – 11:30	Kurpark Bad Aibling, Bahnhaltestelle: Kurpark	Margit Meindl	08061 - 4807	Für alle Reha Sportler geeignet, mit Gymnastik- und Atemübungen.
Waldbaden	Mittwoch	14:00 – 16:00	Treffpunkt wird bekannt gegeben	Brigitte Petzinger	08031 - 98229	Geeignet für alle Interessierte
Reha – Sanft Orthopädie	Mittwoch	16:00 – 17:45	Gymnastikraum alte Turnh. Ro-Fürstätt, am Gieß 11b	Jeanette Wolter	0175 - 4628201	Für Osteoporose, Wirbelsäulen und Gelenkserkrankungen, Atemübung
Nordic Walking II	Donnerstag	10:00 – 11:15	DJK-Campus Rosenheim	Cornelia Strauß	0172 - 7704468	Sehr sanftes Training im Wald, für alle Reha Sportler geeignet
Parkinson Gruppe	Donnerstag	10:00 – 11:00	Pfarrsaal St. Quirinus / Fürstätt Am Gangsteig 1	Marion Diedrich	08031 - 892228	Patienten mit Parkinson Erkrankung
Qi Gong	Donnerstag	16:00 – 17:30	Tanzsportsaal Quest	Ellen Meindl	08052 - 2195	Für alle Reha Sportler geeignet
Schongymnastik nach Krebserkrankung & anderen Erkrankungen	Freitag	09:00 – 10:00	Tanzsportsaal Quest, Rosenheimerstr. 60 c Georg Aicher-Park/Ro	Lena Stürzer	08064-909871	Gezieltes Aufbautraining, Beckenbodentraining, Koordinationstraining
Lungensport	Freitag	10:00 – 11:00	Tanzsportsaal Quest, Rosenheimerstr. 60 c Georg-Aicher-Park/Ro	Lena Stürzer	08064-909871	Lymphenstauung, Fitnessaufbau

Reha-Sport Wochenplan Winter 2026

Behinderten- und Rehasportverein Rosenheim e.V.

