



DIE REHA
SELIGENTHALERSTRASSE

Teil der  rehaneo-Gruppe

Wochenübersicht IRENA-Gruppen:

Montag:

Qi Gong	15.00 – 15.30 Uhr
IRENA-Gruppe	17.30 – 18.00 Uhr
Yoga und Mediation (90 Min.)	16.30 – 18.00 Uhr

Dienstag:

IRENA-Gruppe	16.30 – 17.00 Uhr
Progressive Muskelentspannung	10.00 – 10.30 Uhr

Mittwoch:

IRENA-Gruppe	09.30 – 10.00 Uhr 17.30 – 18.00 Uhr
Autogenes Training	16.30 – 17.00 Uhr 17.00 – 17.30 Uhr
Yoga und Meditation (90 Min.)	10.00 – 11.30 Uhr 17.30 – 19.00 Uhr
Yoga	16:30 – 17:30 Uhr

Donnerstag:

IRENA-Gruppe	15:00 – 15:30 Uhr
Progressive Muskelentspannung	10.00 – 10.30 Uhr

Freitag:

IRENA-Gruppe	13.30 – 14.00 Uhr
--------------	-------------------