

Rehabilitationskurse

- Orthopädische Rehabilitationskurse
- COPD Rehabilitationskurse
- Koronar Rehabilitationskurse

Begrenzt auf 15 Personen pro Kurs und 60 Minuten anstatt wie gesetzlich vorgeschrieben 45 Minuten

Koronarsport unter Aufsicht einer Notärztin.



Reha PS-Minden e. V.

Der Reha-Fitness-Club in Minden

Öffnungszeiten

Mo. bis Fr.	8.00 bis 22.00 Uhr
Sa.	11.00 bis 17.30 Uhr
So.	9.00 bis 16.30 Uhr

Öffnungszeiten Kids-Club

Mo. bis Fr.	9.00 bis 12.00 Uhr
Mo.	17.00 bis 20.00 Uhr
Di.	16.30 bis 19.30 Uhr
Mi.	17.00 bis 20.00 Uhr
Do.	16.30 bis 20.00 Uhr
Fr.	16.00 bis 19.30 Uhr
Sa.	12.45 bis 15.30 Uhr (mit Voranmeldung)
So.	10.30 bis 14.00 Uhr

Reha PS-Minden e. V.

Kutenhauser Str. 155a
32425 Minden

| **phone** 0571 / 94 19 01 63
| **fax** 0571 / 94 19 01 65
| **mail** info@ps-minden.de
| **web** www.ps-minden.de



Reha PS-Minden e. V.

Zusätzlich ist eine Mitgliedschaft im Premium Sport-Centrum während der Zeit der Verordnung möglich!



Der Reha Fitness-Club in Minden

Kursangebote im PS-Centrum

Les Mills Kurse

- Body Pump
- Body Balance
- LMI Step
- Sh'Bam
- Body Attack
- CX Worx
- Born to Move

Freestyle-Kurse

- Bauch- und Rückenfit, Faszientraining
- BBP, Zumba, Choreo STEP
- Yoga, Pilates
- Cyclingkurse, Cross Move
- Power-Plate-Vibrationstraining
- EMS-Training

Wellness im PS-Centrum



- Solarium
- Biosauna, Kelosauna, Außensauna
- Ruhebereich zum Entspannen



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09 - 12 Uhr	orth. Reha 09:15-10:15 orth. Reha 10:30-11:30	COPD Reha 08:45-09:45 COPD Reha 10:00-11:00	orth. Reha 09:15-10:15 orth. Reha 10:30-11:30				
15 - 22 Uhr	orth. Reha 17:00-18:00	orth. Reha 17:00-18:00	orth. Reha 16:15-17:15 orth. Reha 17:30-18:30				
09 - 12 Uhr	COPD Reha 10:00-11:00 Koronar Reha 11:15-12:15	orth. Reha 10:30-11:30					
15 - 22 Uhr	orth. Reha 18:30-19:30	orth. Reha 16:00-17:00					

Kursraum 2

