

Kursübersicht Rehasport (Stand 03.2026)

Indikation Grün: Neurologie Blau: Orthopädie	Tag/Uhrzeit	Ort (Solingen)	Übungsleiter*in	Zielgruppen
Rehasport für Menschen mit Demenz	Montag 12:30 bis 13:15 Uhr	Goudahof* Mehrzweckraum erste Etage	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit Demenz • Bewohner der Wohngemeinschaft Blau
Rehasport für Menschen mit Demenz	Montag 13:30 bis 14:15 Uhr	Goudahof* Mehrzweckraum erste Etage	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit Demenz • Bewohner der Wohngemeinschaft Rot
Rehasport für Menschen mit Demenz	Dienstag 9:45 bis 10:30 Uhr	Friedrichshof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Menschen mit Demenz • Bewohner der Demenz-WG Friedrichshof
Bewegung und Koordination für Ältere	Dienstag 10:45 bis 11:30 Uhr	Friedrichshof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Gäste der Tagespflege Friedrichshof • Interessierte von außen
Bewegung und Koordination für Ältere	Dienstag 11:45 bis 12:30 Uhr	Friedrichshof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Gäste der Tagespflege Friedrichshof • Interessierte von außen
Bewegung und Koordination für Ältere	Dienstag 13:15 bis 14:00 Uhr	Am Wasserturm* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Gäste der Tagespflege Wasserturm • Interessierte von außen
Fit und aktiv im Alter	Dienstag 16:45 bis 17:30 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Mobile Personen mit leichten Einschränkungen
Fit und aktiv im Alter	Mittwoch 14:30 bis 15:15 Uhr	Friedrichshof* Im Café	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Mobile Personen mit leichten Einschränkungen
Fit und aktiv im Alter	Mittwoch 15:30 bis 16:15 Uhr	Friedrichshof* Im Café	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> • Mobile Personen mit leichten Beschwerden/ Einschränkungen

Kursübersicht Rehasport (Stand 03.2026)

Indikation Grün: Neurologie Blau: Orthopädie	Tag/Uhrzeit	Ort (Solingen)	Übungsleiter*in	Zielgruppen
Bewegung und Koordination für Ältere	Donnerstag 10:30 bis 11:15 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> Gäste der Tagespflege Goudahof Interessierte von außen
Bewegung und Koordination für Ältere	Donnerstag 11:30 bis 12:15 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> Bewohner der Wohngemeinschaft Grün Gäste der Tagespflege Goudahof Interessierte von außen
Fit und aktiv im Alter	Freitag 9:30 bis 10:15 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> Mobile Personen mit leichten Beschwerden/Einschränkungen
Bewegung und Koordination für Ältere	Freitag 10:30 bis 11:15 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> Gäste der Tagespflege Goudahof Interessierte von außen
Fit und aktiv im Alter	Freitag 14:15 bis 15:00 Uhr	Am Wasserturm* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"> Mobile Personen mit leichten Einschränkungen