



## Kursübersicht Rehasport

Indikation Grün: Neurologie Blau: Orthopädie	Tag/Uhrzeit	Ort (Solingen)	Übungsleiter*in	Zielgruppen
Sport für Menschen mit Demenz	Montag 11:30 bis 12:30 Uhr	Goudahof* Mehrzweckraum erste Etage	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menschen mit Demenz</li><li>• Bewohner der Wohngemeinschaft Blau</li></ul>
Sport für Menschen mit Demenz	Dienstag 09:45 bis 10:45 Uhr	Friedrichshof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menschen mit Demenz</li><li>• Bewohner der Demenz-WG</li></ul>
Sport und Bewegung für Ältere	Dienstag 11:00 bis 12:00 Uhr	Friedrichshof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gäste der Tagespflege</li><li>• Interessierte</li></ul>
Sport und Bewegung für Ältere	Dienstag 11:15 bis 12:15 Uhr	Am Wasserturm* Bewegungsraum der Tagespflege	Christine Ullerich	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gäste der Tagespflege</li><li>• Interessierte</li></ul>
Sport und Bewegung für Ältere	Donnerstag 10:30 bis 11:30 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Gäste der Tagespflege</li><li>• Bewohner der Wohngemeinschaft Grün</li><li>• Interessierte</li></ul>
Sport für Menschen mit Demenz	Donnerstag 11:30 bis 12:30 Uhr	Goudahof* Mehrzweckraum erste Etage	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menschen mit Demenz</li><li>• Bewohner der Wohngemeinschaft Rot</li></ul>
Fitness für Ältere	Dienstag 16:45 bis 17:30 Uhr	Goudahof* Bewegungsraum der Tagespflege	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mobile Personen mit leichten Einschränkungen</li></ul>
Fitness für Ältere	Mittwoch 14:30 bis 15:30 Uhr	Friedrichshof* Im Café	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mobile Personen mit leichten Einschränkungen</li></ul>
Fit und aktiv im Alter	Mittwoch 15:30 bis 16:30 Uhr	Friedrichshof* Im Café	Stefan Schumacher	<ul style="list-style-type: none"><li>• Personen mit stärkeren Beschwerden/ Einschränkungen</li></ul>

