

# Verein zur Bewegungsförderung Heppenheim e.V.

Postanschrift: Gießener Str. 6 – 64646 Heppenheim  
Telefon: 06252 – 79 88 22, Fax: 06252 – 73 126, E-Mail: kontakt@vzb-heppenheim.de

Gesundheitssport  
an der Bergstraße:  
• Behindertensport  
• Reha-Sport  
• Präventionssport

## Termine Rehabilitationssportangebote (vorwiegend mit Verordnung vom Arzt)

### Orthopädie

#### Gelenkerkrankungen

Tanzschule Vienna Raum Schönbrunn, Rhönstr. 2 (Auskunft erteilt nur unser Verein)

Do	17:15 - 18:00	Gymnastik bei Gelenkerkrankungen
----	---------------	----------------------------------

#### Sport nach Krebs

Martin-Buber-Schule Gymnastikraum

Do	17:30 - 18:15	Sport nach Krebs II
----	---------------	---------------------

Tanzschule Vienna Raum Schönbrunn, Rhönstr. 2 (Auskunft erteilt nur unser Verein)

Di	10:00 - 11:00	Sport nach Krebs I
----	---------------	--------------------

#### Wassergymnastik

Basinusbad Bensheim

Mo	19:30 - 20:15	Wassergymnastik IV
----	---------------	--------------------

Mo	20:15 - 21:00	Wassergymnastik V
----	---------------	-------------------

#### Wirbelsäulengymnastik

Tanzschule Vienna Raum Schönbrunn, Rhönstr. 2 (Auskunft erteilt nur unser Verein)

Mo	10:00 - 11:00	Wirbelsäulengymnastik VII auf Stühlen
----	---------------	---------------------------------------

Mo	19:00 - 20:00	Wirbelsäulengymnastik IX
----	---------------	--------------------------

Di	09:00 - 10:00	Wirbelsäulengymnastik X
----	---------------	-------------------------

Mi	16:00 - 17:00	Wirbelsäulengymnastik VIII
----	---------------	----------------------------

Mi	17:00 - 18:00	Wirbelsäulengymnastik XI
----	---------------	--------------------------

Mi	18:00 - 19:00	Wirbelsäulengymnastik III
----	---------------	---------------------------

### Innere Medizin

#### Herz- und Diabetessport

HP-Erbach Mehrzweckhalle

Di	10:00 - 11:00	Herzsport II
----	---------------	--------------

Martin-Buber-Schule Sporthalle

Di	19:00 - 20:00	Herz- und Diabetessport I
----	---------------	---------------------------

#### Lungensport

Konrad-Adenauer-Schule Sporthalle

Di	19:00 - 20:00	Lungensport I + II
----	---------------	--------------------

### Neurologie

#### Neurologie

Nibelungenschule Sportraum

Mi	17:00 - 18:00	Neurologie II - vorwiegend MS + andere neurologische Erkrankungen
----	---------------	---

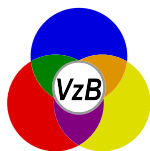
Tanzschule Vienna Raum Schönbrunn, Rhönstr. 2 (Auskunft erteilt nur unser Verein)

Mo	11:00 - 12:00	Neurologie I - vorwiegend Parkinson + Schlaganfall
----	---------------	--

### Geistige Behinderung

Nibelungenschule Sportraum

Mi	18:00 - 19:00	Spiel und Sport für Menschen mit mentaler Einschränkung
----	---------------	---



# Verein zur Bewegungsförderung Heppenheim e.V.

Postanschrift: Gießener Str. 6 – 64646 Heppenheim  
Telefon: 06252 – 79 88 22, Fax: 06252 – 73 126, E-Mail: kontakt@vzb-heppenheim.de

Gesundheitssport  
an der Bergstraße:  
• Behindertensport  
• Reha-Sport  
• Präventionssport

## Termine Rehanachfolgegruppen und andere inklusive Sportangebote (vorwiegend für Mitglieder)

### Behindertensport

#### Allgemein

##### HP-Erbach Mehrzweckhalle

Di	09:00 - 10:30	Boule/Boccia
----	---------------	--------------

##### Konrad-Adenauer-Schule Sporthalle

Di	20:00 - 21:15	Inklusive Sportangebote für Menschen mit und ohne Einschränkungen
----	---------------	---

### Orthopädie

#### Seniorengymnastik

##### Konrad-Adenauer-Schule Sporthalle

Di	18:00 - 19:00	Seniorengymnastik I
----	---------------	---------------------

#### Wassergymnastik

##### Basinusbad Bensheim

Mo	17:00 - 17:30	Wassergymnastik I
Mo	17:00 - 18:30	Schwimmen - freies Schwimmen
Mo	17:30 - 18:00	Wassergymnastik II
Mo	18:00 - 18:30	Wassergymnastik III

#### Wirbelsäulengymnastik

##### Christuskirche Gruppenraum, Theodor-Horn-Str. 10

Mo	08:15 - 09:00	Wirbelsäulengymnastik VI auf Stühlen
Mo	09:00 - 09:45	Gymnastik auf Stühlen

##### HP-Erbach Mehrzweckhalle

Di	08:45 - 09:45	Wirbelsäulengymnastik V
----	---------------	-------------------------

##### Martin-Buber-Schule Gymnastikraum

Di	18:00 - 19:00	Wirbelsäulengymnastik I
Di	19:00 - 20:00	Wirbelsäulengymnastik II
Do	18:30 - 19:30	Hockergymnastik für Menschen mit größerer Bewegungseinschränkung
Do	19:30 - 20:30	Wirbelsäulengymnastik IV