

VGS Sommerferienprogramm

während der Schulferien 15.7.-27.8.2019



Rather Waldstadion, Wilhelm-Unger-Str. 5, 40472 Düsseldorf
Boston-Club, Vennhauser Allee 135, 40627 Düsseldorf
VKKD-Turnhalle/Außengelände, Hohensandweg 37, 40591 Düsseldorf

Sporttermine für VGS Mitglieder & Teilnehmer im Intensiv-Aufbauprogramm (IAH)

Dienstag	Rather Waldstadion, Wilhelm-Unger Str.5
	08.30 - 10.00 Herzgruppen
	10.00 - 11.15 IAH-Programm
	11.15 - 12.30 Allgemeiner Rehasport
Mittwoch	Rather Waldstadion, Wilhelm-Unger Str.5
	19.00 - 20.30 Herzgruppen
	19.00 - 20.30 IAH-Programm
	19.00 - 20.30 Allgemeiner Rehasport
Samstag	Rather Waldstadion, Wilhelm-Unger Str.5
	08.30 - 9.45 Alle Herz- und Reha-Sportgruppen

Mittwoch	Boston-Club, Vennhauser Allee 135
	09.00 - 10.15 (30) Herz- und Reha-Sportgruppen & IAH-Programm
	10.15 - 11.15 Herzgruppen – Sitzgymnastik
	10.30 - 12.00 Herz- und Reha-Sportgruppen
	11.15 - 12.30 Herzinsuffizienz -Sportgruppen
	4 Termine in den Ferien am 17.7.+ 24. Juli und 7.8.+ 14. August
	09.00 - 10.00 Orthopädisches Training 4 Termine
	10.00 - 11.00 Orthopädisches Training 4 Termine
	11.00 - 12.00 Neurologische Gruppen – Sitzgymnastik 4 Termine
Donnerstag	Boston-Club, Vennhauser Allee 135
	09.00 - 10.30 Alle Herz- und Reha-Sportgruppen
	10.30 - 12.00 Alle Herz- und Reha-Sportgruppen & IAH-Programm

Dienstags	VKKD-Turnhalle/Außengelände, Hohensandweg 37
	18.30 - 20.00 Alle Herz- und Reha-Sportgruppen

Das VGS-Team wünscht Ihnen und Euch eine schöne Sommerzeit und freut sich auf alle beim **VGS-Sommerfest am Mittwoch, den 21. August 2019 um 17.30 Uhr.**