

**Bechterew**  
Susanne Sabban Tel.: 05295 / 73 28  
bechterew@sporttherapie-paderborn.de

**Gymnastik** Gymnastik und Volleyball  
Montag 19.30 – 21.30 Uhr  
Theodorschule

**Wassergymnastik**  
Mittwoch 17.45 – 18.30 Uhr  
18.30 – 19.15 Uhr  
Hermann-Schmidt-Schule

Donnerstag 19.00 – 19.45 Uhr  
Klinik Martinusquelle,  
Bad Lippspringe

Freitag 18.30 – 19.15 Uhr Kiliansbad

**Sporttherapie Bad Driburg**  
Silke Krelaus Tel.: 05646 / 942044  
driburg@sporttherapie-paderborn.de

**Wassergymnastik für Bechterew-Erkrankte  
und Rückenprobleme**

Mittwoch 17.15 – 18.00 Uhr  
18.00 – 18.45 Uhr  
Fachklinik Rosenberg

**Gymnastik für Bechterew-Erkrankte  
und Rückenprobleme**

Montag 17.30 – 18.30 Uhr  
Fachklinik Rosenberg

**Endoprothesen**  
Ute Loskarn Tel.: 0157 / 59078853  
endo@sporttherapie-paderborn.de

**Gymnastik und Bewegungstherapie**  
Dienstag 15.40 – 16.40 Uhr  
Dreifachsporthalle Merschweg

**Wassergymnastik**  
Mittwoch 19.15 – 20.00 Uhr  
Hermann-Schmidt-Schule  
Freitag 17.45 – 18.30 Uhr Kiliansbad  
20.00 – 20.45 Uhr Kiliansbad

**Walking**  
Siegfried Igges Tel.: 0162/ 9357364  
walking@sporttherapie-paderborn.de

**Walking (Nordic Walking)**  
Dienstag 17.00 – 18.00 Uhr  
18.15 – 19.15 Uhr  
Fischteiche Paderborn, Parkplatz  
18.00 – 19.00 Uhr  
Kurwald Bad Lippspringe  
Donnerstag 08.45 – 09.45 Uhr  
10.00 – 11.00 Uhr  
Fischteiche Paderborn, Parkplatz

**Aqua-Jogging**  
Samstag 16.45 – 17.30 Uhr Kiliansbad  
17.30 – 18.15 Uhr Kiliansbad

**Osteoporose**  
Renate Klemt Tel.: 0171 / 3871783  
osteoporose@sporttherapie-paderborn.de

**Gymnastik**  
Montag 10:45 – 11:45 (ab August 2023)  
Turnhalle Theodorschule

Dienstag 09.15 – 10.00 Uhr  
10.15 – 11.00 Uhr  
Hockergymn. Geschäftsstelle

Dienstag 19.00 – 20.00 Uhr  
20.00 – 21.00 Uhr  
Begegnungsstätte Lichtenau

**Wassergymnastik**  
Mittwoch 08.30 – 09.15 Uhr  
Samstag 11.00 – 11.45 Uhr  
11.45 – 12.30 Uhr  
12.30 – 13.15 Uhr  
Klinik Martinusquelle, Bad Lippspringe

**Herzsport**  
Veronika Micke Tel.: 0170 / 7790425  
herz@sporttherapie-paderborn.de

Donnerstag 18.30 - 20.00 Uhr  
Turnhalle Grundschule Kirchborchen

**Gefäßsport**  
Marlies Schrage Tel.: 05251 / 39 19 37  
gefaess@sporttherapie-paderborn.de

**pAVK, Beinleiden, Fußprobleme**  
Dienstag 16.45 – 17.45 Uhr Liborius-Schule

**Rückenschule**  
Elmar Münster Tel.: 0151/11439852  
ruecken@sporttherapie-paderborn.de

**Gymnastik**  
Montag 08.30 – 09.30 Uhr Theodorschule,  
09.30 – 10.30 Uhr Konrad-Martin-  
18.30 – 19.30 Uhr Platz  
Theodorschule, Konrad-Martin-Platz

**Wirbelsäulengymnastik für Männer**  
Dienstag 18.00 – 19.00 Uhr Liborius-Schule

**Wassergymnastik**  
Montag 08.00 – 09.00 Uhr Rolandsbad  
19.00 – 19.45 Uhr Kiliansbad  
19.45 – 20.30 Uhr Kiliansbad  
Dienstag 07.00 – 08.00 Uhr Rolandsbad  
08.15 – 09.00 Uhr Schwimmoper  
09.00 – 09.45 Uhr Schwimmoper  
13.15 – 14.00 Uhr Kiliansbad  
13:45 – 14:30 Uhr Alisobad  
14:30 – 15:15 Uhr Alisobad  
Mittwoch 07.00 – 08.00 Uhr Rolandsbad  
14.00 – 14.45 Uhr Kiliansbad  
14.45 – 15.30 Uhr Kiliansbad  
Donnerstag 07.00 – 08.00 Uhr Rolandsbad  
17.30 – 18.15 Uhr Martinusquelle  
18.15 – 19.00 Uhr Martinusquelle  
Freitag 07.00 – 08.00 Uhr Rolandsbad  
19:30 – 20:15 Uhr Hermann-  
20:15 – 21:00 Uhr Schmidt-Schule  
Samstag 10.30 – 11.15 Uhr Hermann-  
11.15 – 12.00 Uhr Schmidt-Schule  
16.00 – 16.45 Uhr Kiliansbad

**Blinden- u. Sehbehindertensport**  
Elisabeth Hörsken Tel.: 05251 / 8787367  
sensorik@sporttherapie-paderborn.de

**Gymnastik**  
Mittwoch 18.30 – 19.30 Uhr Pauline-Schule

**Parkinson**  
Daniela Weigand                      Tel.: 01515 / 7736016  
parkinson@sporttherapie-paderborn.de

### Gymnastik

Dienstag      11.15 – 12.00 Uhr      Geschäftsstelle  
Mittwoch     10.00 – 10.45 Uhr      Geschäftsstelle  
                  11.00 – 11.45 Uhr      Geschäftsstelle

### Wassergymnastik

Mittwoch     17.00 – 17.45 Uhr  
                  Hermann-Schmidt-Schule

### Sporttherapie Borchten

Marlies Schrage                      Tel.: 05251 / 39 19 37  
borchten@sporttherapie-paderborn.de

### Bewegungstherapie, Hockergymnastik

Donnerstag   10.00 – 11.00 Uhr  
                  Begegnungszentrum Mallinckrothhof

### Wirbelsäulengymnastik

Montag       15.45 – 16.45 Uhr  
                  17.00 – 18.00 Uhr  
Dienstag     14.30 – 15.30 Uhr  
                  15.30 – 16.30 Uhr  
Donnerstag   15.30 – 16.30 Uhr  
                  16.45 – 17.45 Uhr  
                  18.00 – 19.00 Uhr  
                  Turnhalle Grundschule Nordborchten

### Wassergymnastik

Mittwoch     15.30 – 16.15 Uhr      Kiliansbad  
Freitag       19.15 – 20.00 Uhr      Kiliansbad

### Adipositas

Petra Korte                              Tel.: 05254-9350566  
adipositas@sporttherapie-paderborn.de

### Lipödem-Gymnastik (Orthopädie)

Dienstag     17.00 – 18.00 Uhr      Theodorschule

### Wassergymnastik

Mittwoch     20.00 – 20.45 Uhr  
Donnerstag   19.30 – 20.15 Uhr  
                  20:15 – 21:00 Uhr  
                  Hermann-Schmidt-Schule

### Gerätetraining

Marina Schulte                              Tel.: 05251 / 59989  
Klaus Tymczuk  
geraete@sporttherapie-paderborn.de

Montag       09.00 – 12.00 Uhr      Neurologie  
Montag       14.30 – 17.30 Uhr      Orthopädie  
                  18:30 – 19:30 Uhr      Sehbehinderte  
Dienstag     08.00 – 12.00 Uhr      Orthopädie  
Mittwoch     08.00 – 11.00 Uhr      Orthopädie  
                  17.30 – 20.30 Uhr      Orthopädie  
Freitag       09.00 – 11.00 Uhr      Orthopädie

### Kurse

### Gesund & Fit

Astrid Hiller                              Tel.: 0151 / 55285855  
gesundundfit@sporttherapie-paderborn.de

### Wassergymnastik

Donnerstag   19.45 – 20.30 Uhr  
                  Kiliansbad

### Qigong

Montag       17.00 – 18.30 Uhr  
                  18.45 – 20.15 Uhr  
                  Geschäftsstelle

Mittwoch     17:30 – 18:30 Uhr (auf Anfrage)  
                  Geschäftsstelle

Donnerstag   17.30 – 19.00 Uhr  
                  Hermann-Schmidt-Schule

### Yoga

Donnerstag   16.30 – 17.30 Uhr  
                  18.00 – 19.00 Uhr  
                  Geschäftsstelle

### Wassergymnastik für Frauen unter 50

Samstags     10:00 – 11:00 Uhr  
                  Kiliansbad

# Unser Angebot

Stand: 3. November 2024