

Bechterew
Susanne Sabban
bechterew@sporttherapie-paderborn.de

Gymnastik Gymnastik
Montag 19:30 – 20:30 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
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
Heike Schulze
endo@sporttherapie-paderborn.de

Gymnastik und Bewegungstherapie

Dienstag 15:30 – 16:30 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
walking@sporttherapie-paderborn.de

Walking (Nordic Walking)

Dienstag 17:30 – 18:30 Uhr
Fischteiche Paderborn, Parkplatz
17:30 – 18:30 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
osteoporose@sporttherapie-paderborn.de

Gymnastik

Montag 10:45 – 11:45
Turnhalle Theodorschule

Dienstag 09:15 – 10:00 Uhr
10:15 – 11:00 Uhr
Hockergymn. Geschäftsstelle

Dienstag 19:30 – 20:30 Uhr
20:30 – 21:30 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
Wolfgang Beine
herz@sporttherapie-paderborn.de

Donnerstag 18:30 – 20:00 Uhr
Turnhalle Grundschule Kirchborchen

Rückenschule
Jutta Schonheim
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
08:00 – 08:45 Uhr Schwimmoper
08:45 – 09:30 Uhr Schwimmoper
13:15 – 14:00 Uhr Kiliansbad
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
Samstag 10:30 – 11:15 Uhr Hermann-
11:15 – 12:00 Uhr Schmidt-
12:00 – 12:45 Uhr Schule
16:00 – 16:45 Uhr Kiliansbad

Blinden- u. Sehbehindertensport
Elisabeth Hörsken
sensorik@sporttherapie-paderborn.de

Gymnastik

Mittwoch 18:30 – 19:30 Uhr Pauline-Schule

Parkinson
Daniela Weigand
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
borchten@sporttherapie-paderborn.de

Bewegungstherapie, Hockergymnastik

Donnerstag 10:15 – 11:15 Uhr
Begegnungszentrum Mallinckrodtthof

Wirbelsäulengymnastik

Montag 15:45 – 16:45 Uhr
17:00 – 18:00 Uhr
Dienstag 15:00 – 16:00 Uhr
16:00 – 17:00 Uhr
Donnerstag 16:30 – 17:30 Uhr
Turnhalle Grundschule Nordborchten

Donnerstag 16:00 – 17:00 Uhr
17:15 – 18:15 Uhr
Turnhalle Grundschule Kirchborchten

Wassergymnastik

Mittwoch 15:30 – 16:15 Uhr Kiliansbad
Freitag 19:15 – 20:00 Uhr Kiliansbad

Adipositas & Lipödem

Christine Theda
adipositas@sporttherapie-paderborn.de

Wassergymnastik

Mittwoch 09:15 – 10:00 Uhr Martinusquelle
Mittwoch 20:00 – 20:45 Uhr
Donnerstag 19:30 – 20:15 Uhr
20:15 – 21:00 Uhr
Hermann-Schmidt-Schule

Gerätetraining
Klaus Tymczuk
geraete@sporttherapie-paderborn.de

Montag 09:00 – 12:00 Uhr Neurologie
Montag 14:00 – 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
gesundundfit@sporttherapie-paderborn.de

Wassergymnastik

Donnerstag 19:45 – 20:30 Uhr
Samstag 09:30 – 10:15 Uhr (Frauen unter 50)
10:15 – 11:00 Uhr (Frauen unter 50)
Kiliansbad

Qigong

Montag 17:00 – 18:30 Uhr
18:45 – 20:15 Uhr (vorw. im Sitzen)
Donnerstag 17:00 – 18:00 Uhr
Geschäftsstelle

Donnerstag 17:00 – 18:30 Uhr
Hermann-Schmidt-Schule

Yoga

Donnerstag 18:15 – 19:45 Uhr
Geschäftsstelle

Pilates

Dienstag 16:45 – 17:45 Uhr
Liboriusschule

Gymnastik

Dienstag 16:45 – 17:45 Uhr (Vital im Alter)
18:00 – 19:00 Uhr (WohlFit)
Geschäftsstelle



Unser Angebot

Sporttherapie e.V. Paderborn
Schulze-Delitzsch-Str. 48
33100 Paderborn
Tel: 05251 – 3909888

info@sporttherapie-paderborn.de
www.sporttherapie-paderborn.de

Büro Öffnungszeiten: Mi 17:30 – 19:00 Uhr
(außerhalb der Ferien)

Stand: Juli 2026