

Fachklinik Bokholt - Wochenplan der Kurzzeitrehabilitation

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonnabend	Sonntag	
7:20	Morgenritual	Morgenritual	Morgenritual	Morgenritual	Morgenritual	Morgenritual 8:00 – 8:20		7:20
7:30	Spaziergang	Spaziergang	Spaziergang	Spaziergang	Spaziergang			7:30
7:45	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück			7:45
8:25	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong	Qi Gong			8:25
8:45	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde	Morgenrunde			Frühstück 8:30 – 9:45
9:15	Einzelgespräche	Einzelgespräche Indikationsgruppe	Einzelgespräche Indikationsgruppe	Kleingruppe BZG 9:15 – 10:45	Einzelgespräche	Frühstück 9:00 - 10:30	9:15	
	Ärztl. Notsprechstd. 9:15 - 10:00	Ärztl. Notsprechstd. 9:15 - 10:00	Arztsprechstunde 9:15 - 12:00	Ärztl. Notsprechstd. 9:15 - 10:00	Ärztl. Notsprechstd. 9:15 - 10:00			
9:30		Laufen I ab 9:30				Themenzentrierte Großgruppe TZI 10:00 – 11:00	9:30	
10:15	Großgruppe 10:15 – 11:45	Einzelgespräche	Einzelgespräche	Einzelgespräche	Frauengruppe 10:15-11:45		10:15	
10:30								10:30
10:45							10:45	
11:00		Laufen II ab 11:00					11:00	
11:30							11:30	
11:45							11:45	
12:30	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	Mittagessen	12:30	
13:30				Akupunktur			13:30	
13:45	Kaffee/ Tee	Kaffee/ Tee	Kaffee/ Tee	Kaffee/ Tee	Kaffee/ Tee		13:45	
14:00		Akupunktur			Einzelgespräche nach Termin	Kaffee/ Tee	Kaffee/ Tee	14:00
14:30	Schwimmen 14:30 – 16:30	Kleingruppe BZG 15:00 – 16:30	PMR 14:45-15:15	Sport 14:45 – 16:15			14:30	
14:45							14:45	
15:00							15:00	
15:15							15:15	
15:30							15:30	
16:00							16:00	
16:30		16:30						
17:15	Abendrunde	Abendrunde	Abendrunde	Abendrunde		Abendrunde	17:15	
18:30	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	Abendessen	18:30	
19:00	Befindlichkeiten	Befindlichkeiten	Befindlichkeiten	Befindlichkeiten		Befindlichkeiten	19:00	
23:30	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe	Nachtruhe		Nachtruhe	23:30	
0:00					Nachtruhe	Nachtruhe	0:00	