

Kursangebote Deutsche Rheuma-Liga Berlin e.V.

Gruppengymnastik in den Bezirken - Stand: 17. Januar 2025

CHARLOTTENBURG-WILMERSDORF

| | | | |
|---------------------------------|--|--------------|---------|
| geöffnet | Bewegungsraum Blissestraße | | |
| | Blissestr. 44/Ecke Paretzer Str., 10717 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Mo | 9:00 - 11:00 | 2 Kurse |
| | Fr | 9:30 - 11:30 | 2 Kurse |

| | | | |
|---------------------------------|--|---------------|---------|
| geöffnet | Rheuma-Liga-Treffpunkt Charlottenburg - Wilmersdorf | | |
| | Zillestraße 14, 10585 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Di | 12:00 - 14:00 | 2 Kurs |
| | Mi | 10:30 - 13:30 | 3 Kurse |
| | Do | 16:30 - 18:30 | 2 Kurse |

| | | | |
|-----------------|--------------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | KWA Stift im Hohenzollernpark | | |
| | Fritz-Wildung-Str. 22, 14199 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Di | 17:00 - 18:30 | 3 Kurse |

MARZAHN-HELLERSDORF

| | | | |
|-----------------|--|---------------|---------|
| geöffnet | Aqua- und Reha-Zentrum Schultrich GmbH II | | |
| | Blumberger Damm 158, 12619 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Mo | 07:40 - 09:40 | 4 Kurse |
| | Mo | 17:30 - 19:00 | 3 Kurse |
| | Di | 08:55 - 10:25 | 3 Kurse |
| | Di | 14:40 - 16:40 | 4 Kurse |
| | Mi | 08:10 - 09:40 | 3 Kurse |
| | Mi | 17:30 - 19:30 | 4 Kurse |
| | Do | 08:55 - 10:55 | 4 Kurse |
| | Do | 16:00 - 18:00 | 4 Kurse |
| | Fr | 07:40 - 09:40 | 4 Kurse |

| | | | |
|-----------------|----------------------------------|-------------|---------|
| geöffnet | Unfallkrankenhaus Marzahn | | |
| | Warener Str. 7, 12683 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Di | 16:00-20:00 | 8 Kurse |
| | Mi | 16:00-20:00 | 8 Kurse |

| | | | |
|----------------------------|------------------------------------|-------------|--------|
| geöffnet | Frauzentrum Mathilde | | |
| | Stollberger Straße 55,12627 Berlin | | |
| Gelenk-u. Wirbelsäulengym. | Mo | 10:00-11:00 | 1 Kurs |

MITTE

| | | | |
|----------------------------|---|--------------|---------|
| geöffnet | Charité - Rheumatologische Tagesklinik | | |
| | Luisenstraße 13, 10117 Berlin | | |
| Gelenk-u. Wirbelsäulengym. | Mi | 16:15 -17:45 | 2 Kurse |

| | | | |
|-----------------|---|--------------|---------|
| geöffnet | Kombibad Seestraße | | |
| | Seestraße 80, (Eingang Ungarstr.), 13347 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Mo | 12:00 -13:30 | 3 Kurse |
| Wassergymnastik | Mi | 12:30 -14:20 | 3 Kurse |

| | | | |
|-----------------|------------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | Avantgarde body & dance | | |
| | Waldstr. 56, 10551 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Fr | 09:30 - 13:00 | 5 Kurse |

NEUKÖLLN

| | | | |
|-----------------------------|---|---------------|---------|
| geöffnet | Evangelische Kirchengemeinde Neu-Buckow | | |
| | Marienfelder Chaussee 66-72 (Ecke Quarzweg), 12349 Berlin | | |
| Gelenk- u. Wirbelsäulengym. | Di | 16:00 – 19:00 | 3 Kurse |

| | | | |
|-----------------------------|---------------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | Gemeinschaftshaus Gropiusstadt | | |
| | Bat-Yam-Platz 1, 12353 Berlin | | |
| Gelenk- u. Wirbelsäulengym. | Mi | 16:00 – 18:00 | 2 Kurse |

PANKOW

| | | | |
|----------------------------|---------------------------|---------------|--------|
| geöffnet | Tao- Heilzentrum | | |
| | Streustr. 3, 13086 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengym. | Mi | 17:00 - 18:00 | 1 Kurs |

| | | | |
|----------------------------|---|---------------|---------|
| geöffnet | Jugend- Kultur und Nachbarschaftszentrum | | |
| | Tollerstr. 31, 13158 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengym. | Fr | 09:30 - 11:30 | 2 Kurse |

| | | | |
|----------------------------|-----------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | Stadtteilzentrum Pankow | | |
| | Schönholzer Str. 10, 13187 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengym. | Do | 13:45 - 15:45 | 2 Kurse |

| | | | |
|-----------------|----------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | Residenz Weißer See I | | |
| | Berliner Allee 168, 13088 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Mo | 09:00 - 11:30 | 5 Kurse |
| | Di | 14:00 - 16:00 | 4 Kurse |

| | | | |
|-----------------|----------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | Residenz Weißer See II | | |
| | Berliner Allee 164, 13088 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Mo | 11:30 - 13:15 | 3 Kurse |
| | Mi | 13:10-16:40 | 6 Kurse |

| | | | |
|-----------------|-----------------------------|-------------|---------|
| geöffnet | Parklinik Weißensee | | |
| | Schönstraße 80,13086 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Di | 16:30-18:30 | 4 Kurse |
| | Do | 16:30-18:30 | 4 Kurse |

| | | | |
|-----------------|---------------------------------|-------------|---------|
| geöffnet | Reha Tagesklinik Pankow | | |
| | Berliner Str. 129, 13187 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Mi | 16:00-17:00 | 2 Kurse |

POTSDAM- BABELSBERG

| | | | |
|-----------------|-----------------------------------|-------------|---------|
| geöffnet | Berufsbildungswerk Potsdam | | |
| | Steinstr.80,82,84, 14480 Potsdam | | |
| Wassergymnastik | Mo | 12:00-12:30 | 1 Kurs |
| | Di | 13:30-15:30 | 4 Kurse |

REINICKENDORF

| | | | |
|---|----|---------------|---------|
| geöffnet | | | |
| Medical Park Berlin Humboldtmühle | | | |
| An der Mühle 2 -9, 13507 Berlin | | | |
| Wassergymnastik | Di | 16:30 - 19:00 | 5 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Sauna am Pfingstberg | | | |
| Am Pfingstberg 32, 13465 Berlin | | | |
| Wassergymnastik | Mo | 12:00 - 14:20 | 5 Kurse |
| | Di | 13:00 - 15:30 | 6 Kurse |
| | Fr | 09:00 - 12:00 | 6 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Diakoniezentrum Heiligensee, Gemeinschaftshaus | | | |
| Am Dorfteich 26, 13503 Berlin | | | |
| Gelenk- u. Wirbelsäulengym. | Mo | 15:30 - 18:30 | 3 Kurse |

SPANDAU

| | | | |
|------------------------------------|----|---------------|---------|
| geöffnet | | | |
| Gesundheitsamt Spandau | | | |
| Im Spektefeld 27 A, 13597 Berlin | | | |
| Gelenk- u. Wirbelsäulengym. | Mi | 16:00 – 18:00 | 2 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Katharinenhof im Uferpalais | | | |
| Brauereihof 19, 13585 Berlin | | | |
| Wassergymnastik | Di | 14:00 – 15:30 | 4 Kurse |
| | Mi | 17:30 – 20:00 | 6 Kurse |
| | Do | 15:00 – 18:00 | 7 Kurse |
| | Fr | 15:30 – 17:30 | 5 Kurse |

STEGLITZ-ZEHLENDORF

| | | | |
|--|----|-------------------------------|--------------------------------------|
| geöffnet | | | |
| Rheuma-Liga-Bezirkstreffpunkt Steglitz-Zehlendorf | | | |
| Schützenstr. 52, 12165 Berlin | | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Mo | 16:00 - 19:00 | 3 Kurse |
| | Di | 10:00 - 17:00 / 18:00 – 19:30 | 6 Kurse + 2 Kurse (Morbus Bechterew) |
| | Mi | 09:00 - 12:00 / 14:30 – 15:30 | 4 Kurse |
| | Fr | 16:00 - 18:00 | 2 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Theodor-Wenzel-Werk | | | |
| Potsdamer Chaussee 70, 14129 Berlin | | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Mo | 17:00 - 20:00 | 3 Kurse |
| | Do | 16:15-19:15 | 3 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Ballett- und Gymnastikschule | | | |
| Lindenthaler Allee 11, 14163 Berlin | | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Mo | 10:30-11:30 | 1 Kurs |
| | Mi | 11:00-14:00 | 3 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Krankenhaus Bethel | | | |
| Promenadenstr. 3-5, 12207 Berlin | | | |
| Wassergymnastik | Di | 12:00-15:30 | 7 Kurse |
| | Do | 12:00-20:00 | 16 Kurse |
| | Fr | 16:00-19:30 | 7 Kurse |
| Gelenk u. Wirbelsäulengym. | Mo | 16:30-18:00 | 2 Kurse |
| geöffnet | | | |
| Residenz Lankwitz | | | |
| Dillgestr.14a, 12247 Berlin | | | |
| Wassergymnastik | Mo | 11:00-14:00 | 6 Kurse |
| | Mi | 12:30-14:30 | 4 Kurse |

TEMPELHOF-SCHÖNEBERG

| | | | |
|--|--|-------------------------------|----------|
| geöffnet | Rheuma-Liga-Berlin-Gesundheitszentrum <i>rheumarium</i> | | |
| | Reißeckstr. 6a, 12107 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Mo | 08:00 - 11:00/16:30 - 18:45 | 7 Kurse |
| | Di | 10:00 – 10:45 / 14:00 - 18:45 | 7 Kurse |
| | Mi | 10:30 - 14:45 / 16:15 – 18:30 | 8 Kurse |
| | Do | 09:15 - 15:15 / 16:15 - 18:45 | 10 Kurse |
| | Fr | 10:30 - 11:15 / 12:00 - 16:45 | 7 Kurse |
| Wassergymnastik | Mo | 07:50 - 18:50 | 19 Kurse |
| | Di | 08:00 - 19:35 | 20 Kurse |
| | Mi | 08:25 - 20:35 | 21 Kurse |
| | Do | 08:15 - 20:25 | 21 Kurse |
| | Fr | 07:55 - 16:00 / 20:00 - 20:30 | 15 Kurse |
| | Sa | 08:25 - 16:30 | 14 Kurse |
| Kinder- und Jugendkurse (Wassergymnastik) | Fr | 16:15 – 20:00 | 5 Kurse |
| Eis-Sauna (Kältekabine) | Mi | 13:45 - 14:45 | 1 Kurs |
| | Do | 17:45 - 18:45 | 1 Kurs |
| Infrarotkabine (Wärme) | Mo - Sa flexibel vor oder nach der Gruppengymnastik | | |
| Online-Kurse | Mi | 13:00 - 13:45 / 17:45 - 18:30 | 2 Kurse |

TREPTOW-KÖPENICK

| | | | |
|------------------------------------|---|---------------|--------|
| geöffnet | Praxis für Physiotherapie Pascall Wellmann | | |
| | Sterndamm 9, 12487 Berlin | | |
| Gelenk u. Wirbelsäulengymnastik | Mo | 11:00 - 12:00 | 1 Kurs |
| | Di | 11:00 – 12:00 | 1 Kurs |

| | | | |
|-----------------|--------------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | ARZ Fitness und Wellness | | |
| | Albert-Einstein-Str. 4, 12489 Berlin | | |
| Wassergymnastik | Di | 12:00 - 14:00 | 4 Kurse |
| | Fr | 10:00 - 12:00 | 4 Kurse |
| | Fr | 13:00 - 17:00 | 7 Kurse |

| | | | |
|-----------------|------------------------------------|---------------|---------|
| geöffnet | Bildungszentrum Erkner e.V. | | |
| | Seestraße 39, 15537 Erkner | | |
| Wassergymnastik | Do | 09:00 - 11:00 | 3 Kurse |

Anmeldung und Information

Mitgliederbetreuung Tel.: **030 - 32 290 29 10**
 Telefonische Sprechzeiten: **Mo – Do 09:00 – 13:00 Uhr**
 zusätzlich: **Do 14:00 – 17:00 Uhr**

Wir beraten Sie gerne!



Deutsche Rheuma-Liga | Berlin e.V.