Beispielwochenplan Schmerztagesklinik Ottobeuren

	Montag	Hz.	Dienstag	Hz.	Mittwoch	Hz.	Donnerstag	Hz.	Freitag	Hz.
08:30	Aufwärmen		PMR		Aufwärmen		Outdoor		Musiktherapie	
09:00					Schmerzkunde		8.30-9.45 Uhr			
09:30	Training am Gerät		Outdoor				Pause 9.45-10.00 Uhr			
10:00					TENS /Aromatherapie		Schmerzbewältigung		Schmerzbewältigung	
10:30	Pause				Training von					
11:00	Wochenendrückblick		Biofeedback		Körperwahrnehmung		Qigong		Outdoor	
11:30			Einzelgespräch Arzt		Bewegungsschulung					
12:00	Mittagspause		Mittagspause		Mittagspause		Mittagspause		Mittagspause	
12:30										
13:00	Einzel Physiotherapie		Schmerzbewältigung		PMR		Einzelgespräch		PMR	
13:30	Pause						Psychologie			
14:00	Entspannung		Pause		Pause		Ernährungsberatung		Pause	
14:30			Ergotherapie		Bewegungsbad				Wochenendplanung	
15:00	Feldenkrais		14.45-16.00 Uhr							
15:30										