

Der Verein für Gesundheitssport

Ziel des Vereins ist die Förderung des Gesundheitssports. Unter Anleitung eines qualifizierten Übungsleiters erhalten Sie ein ausgewogenes und abwechslungsreiches Training, das nicht nur Ihrem Körper gut tut, sondern auch viel Spaß in der Gruppe bereitet.

Verein für Gesundheitssport Chemnitz e.V.
Zum Schusterberg 38
09125 Chemnitz
Tel. 0371-590 51 12
gesundheitsport-chemnitz@web.de

Trainingsstätte



Physiotherapie Heike Scheffler
09120 Chemnitz
Annaberger Straße 145
Tel. 0371-58 50 81
info@physiotherapie-scheffler.de

Aktuelle Kurse unter:
www.physiotherapie-scheffler.de/html/aktuell.html



Reha-Sport wird von Ihrem Arzt verordnet
und von Ihrer Krankenkasse unterstützt.



**Gesundheits- und Reha-Sport
in Kooperation mit**



Reha-Sport auf Verordnung?

Im orthopädischen und neurologischen Bereich ist der Reha-Sport eine sinnvolle Ergänzung zu Therapiemaßnahmen wie Krankengymnastik oder Massagen. Dabei werden durch angeleitetes Gruppentraining Kraft und Ausdauer gesteigert und die eigene Koordination und Beweglichkeit verbessert.

Langfristig erhalten die Patienten ihre Gesundheit und Lebensqualität. Reha-Sport kann die Grundlage für lebenslangen gesunden Sport sein.

Reha-Sport für wen?

Für Menschen mit chronischen Beschwerden ist Reha-Sport besonders geeignet. Gezielter Aufbau von stabilisierender Muskulatur führt in vielen Fällen zu einem deutlich verbesserten Befinden.

Das Angebot richtet sich insbesondere an Patienten mit:

- ▶ Rückenschmerzen
- ▶ Bandscheibenschäden
- ▶ Haltungs- und Gelenkschäden
- ▶ Muskuläre Dysbalancen
- ▶ Mb. Parkinson
- ▶ Multiple Sklerose
- ▶ Nach leichtem Schlaganfall

Voraussetzungen

An einem Reha-Sport-Angebot kann generell jeder teilnehmen. Grundvoraussetzung für die Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist die Verordnung des behandelnden Arztes. Dieser stellt eine Reha-Sport-Verordnung auf das Krankheitsbild des Patienten aus.

Fragen Sie Ihren Arzt nach der Reha-Sport-Verordnung! Das Gruppentraining findet in einem anerkannten und zertifizierten Reha-Sport-Verein statt.

Übungszeiten erfahren Sie in der Trainingsstätte:

Physiotherapie Heike Scheffler
09120 Chemnitz
Annaberger Straße 145
Tel. 0371-58 50 81



Anerkannter Reha-Sport wird von der Krankenkasse unterstützt.



Reha-Sport auf Verordnung bedeutet

- ▶ Teilweise Kostenübernahme durch die Krankenkassen
- ▶ Gruppentraining im Verein
- ▶ Im Regelfall 50 Übungseinheiten
- ▶ Anleitung durch qualifizierten Fachübungsleiter

So einfach geht es

1. Arztbesuch (Verordnung von Reha-Sport durch behandelnden Arzt)
2. Genehmigung durch Krankenkasse
3. **Terminabsprache mit unserer Trainingsstätte:**
Physiotherapie Heike Scheffler
09120 Chemnitz
Annaberger Straße 145
Tel. 0371-58 50 81

Wir bieten Ihnen

- ▶ Qualifizierte Übungsleiter (Physiotherapeuten)
- ▶ Kompetente Beratung und Betreuung
- ▶ Optimales Trainingsumfeld
- ▶ Bewegung in der Gemeinschaft