

Rehasport auf Verordnung Ihres Arztes.

Der Rehabilitationssport ist im § 44 Sozialgesetzbuch IX verankert. Es besteht ein Rechtsanspruch der Versicherten auf Rehabilitationssport.

Ihr Weg zum Rehasport führt über Ihren Arzt. Dieser verordnet Ihnen mit dem Formular „Muster 56“ den Rehasport. Mit diesem Formular kommen Sie zu uns und wir beraten Sie bei den weiteren Abläufen.

Wir ergänzen die fehlenden Angaben zum Leistungserbringer. Anschließend reichen Sie dich Unterlagen Ihrer Krankenkasse ein, die die Rehasportmaßnahmen genehmigt.

Nachdem Sie die Unterlagen von Ihrer Kasse zurückerhalten haben, können Sie mit dem Rehasport beginnen.

Ohne Zuzahlung!

Die Kosten werden von Ihrer Krankenkasse übernommen!

Worauf sollte man beim Rehasport achten?

Beim Rehasport ist es wichtig, einen geeigneten Anbieter zu finden, der das Gruppentraining in gut ausgestatteten Gruppenräumen mit qualifiziertem Personal ausführt.

Unsere Rehasportgruppen werden von erfahrenen Physiotherapeuten und Gymnastiklehrer/-innen geleitet.

Unsere Gruppenräume haben eine Gesamtfläche von 370m² und sind mit einem speziellen Schwingboden ausgestattet, auf dem Sie gelenkschonend Ihre Übungen ausführen können.

Alle benötigten Kleingeräte sind in ausreichender Anzahl vorhanden. In unseren großzügigen Umkleideräumen haben Sie nach dem Gruppentraining auch die Möglichkeit zu duschen

Welche Rehasportgruppen werden angeboten?

Zurzeit bieten wird Ihnen folgende Rehasportgruppen an. Das Angebot wird nach Bedarf erweitert.

Stand: 16.07.2013

Montag	Muskel-Gelenkgymnastik Hocker und Stand / Level 1 von 09.15 – 10.00 Uhr
Montag	Wirbelsäulengymnastik Schulter und Nacken – HWS Level 1-3 Von 18.00 – 18.45 Uhr
Montag	Wassergymnastik Level 2-3 Von 20.15 – 21.00 Uhr
Dienstag	Muskel-Gelenkgymnastik Ausdauertraining / Level 1-3 von 09.15 – 10.00 Uhr
Dienstag	Muskel-Gelenkgymnastik Stab. des Rumpfes / Level 1-3 von 10.15 – 11.00 Uhr
Dienstag	Muskel-Gelenkgymnastik „Alles einmal Durchbewegen“ von 17.00 – 17.45 Uhr
Dienstag	Wassergymnastik Level 2-3 von 20.15 – 21.00 Uhr
Mittwoch	Wirbelsäulengymnastik Alle 3 Wochen Themenbezogen Level 2-3 von 09.15 – 10.00 Uhr
Mittwoch	Innere: Atemtherapie von 10.15 – 11.00 Uhr

Mittwoch	Wirbelsäulengymnastik Stab. des Rumpfes Level 1-2 von 17.10 – 17.55 Uhr
Mittwoch	Wassergymnastik Level 2-3 von 20.15 – 21.00 Uhr
Donnerstag	Muskel-Gelenkgymnastik Level 2 von 17.15 – 18.00 Uhr
Donnerstag	Wirbelsäulengymnastik mit Kleingeräten / Level 2-3 von 18.00 – 18.45 Uhr
Freitag	Wirbelsäulengymnastik Hocker und Stand Level 1-2 von 09.15 – 10.00 Uhr
Freitag	Muskel-Gelenkgymnastik Level 2 von 10.15 – 11.00 Uhr
Freitag	Wirbelsäulengymnastik Mit Tiefenentspannung Level 2-3 von 18.00 – 18.45 Uhr
Samstag	Wirbelsäulengymnastik nach dem Pilatesprinzip von 12.30 – 13.15 Uhr
Sonntag	Wirbelsäulengymnastik Einsteiger Pilates von 11.15 – 12.00 Uhr

Unsere **Kinderbetreuung** steht Ihnen ebenfalls montags, mittwochs und freitags von 09.00 – 11.30 Uhr kostenlos zur Verfügung.

**Informationen zu den aktuellen Gruppen und
Startterminen:**

Tel. 02163 / 313 54 oder www.bobbels.de