

REHA-Sport

in der AQUARENA



Aktivieren Sie Ihren Körper!

Für Sie kostenfrei, in einer zertifizierten Einrichtung.
Unter Aufsicht und in Begleitung qualifizierter
Übungsleiter/innen.



Ihr Vorteil:

In kleinen Gruppen werden Sie im Wasser oder auf dem Trockenen Ihren Bedürfnissen und Beschwerdebildern entsprechend individuell betreut und erlernen so, wie Sie im Alltag nachhaltig Ihre Bewegungsfähigkeit verbessern oder Ihr Krankheitsbild positiv beeinflussen können.

4 einfache Schritte:

1. Lassen Sie sich Rehasport durch Ihren Arzt verordnen
2. Melden sich bei uns für einen Kurs an
3. Lassen sich die Verordnung nach einer Kurszusage durch uns von der Krankenkasse genehmigen
4. Kommen zu uns in die AQUARENA und trainieren!



Das ist gut für mich -
da mach ich mit!

Ziele und Inhalte des Rehasports

Gemeinsames Sporttreiben, der Austausch mit Menschen, die von ähnlichen Einschränkungen oder Erkrankungen betroffen sind sowie eine langfristige Verbesserung der Lebensqualität stehen im Vordergrund des Rehasport-Angebots in der AQUARENA.

Die Qualität der Kursinhalte wird durch zertifizierte Übungsleiter in unserem Haus und eine engen Zusammenarbeit mit den behandelnden Ärzten gewährleistet. Dabei werden Art und Intensität anhand der ärztlichen Verordnung festgelegt. Als Mitglied im DVGS - Deutscher Verband für Gesundheitssport und Sporttherapie e.V. - liegt uns die Förderung, Unterstützung und Wiederherstellung Ihres Bewegungsapparates am Herzen.

Durch regelmäßigen Rehabilitationssport können Sie Kraft, Ausdauer, Koordination und Flexibilität steigern. Wir bieten Ihnen somit Hilfe zur Selbsthilfe, um Ihre Gesundheit nachhaltig zu stärken.

Unser Kursprogramm ist vielseitig und bietet für unterschiedliche Krankheitsbilder den passenden Ansatz. Sie können zwischen AQUA-Kursen und Übungseinheiten auf dem Trockenen in unseren Kursräumen wählen.

Gerne beraten wir Sie dabei.

Natürlich freuen wir uns, wenn Sie nach Beendigung Ihres Reha-Sport-Programmes weiterhin bei uns trainieren. Dazu finden Sie die passenden Angebote in unserem Haus, die an Ihre Reha-Sport-Maßnahmen anknüpfen.

Kurzübersicht:

- Die maximale Teilnehmerzahl liegt bei 15-18 Personen
- Eine Übungseinheit dauert 45 Minuten
- Der Regelfall besagt 50 Übungseinheiten innerhalb 18 Monaten
(In Abhängigkeit vom Krankheitsbild)
- Volle Kostenübernahme durch die Krankenkasse, auch Eintrittsgelder für das Schwimmbad bei den Reha-Aqua-Kursen werden übernommen



Sie haben Fragen? Wir sind gerne für Sie da:

Tel.: 02247 - 91698 -0

E-Mail: reha-sport@aquarena-online.de