



# Reha-Sport



## Ihr Weg zum Reha-Sport

Besuchen Sie Ihren Haus- oder Fach-Arzt und fragen Sie nach einer Reha-Sport-Verordnung



Ihr Arzt stellt Ihnen dann eine Verordnung aus, die Sie bei Ihrer Krankenkasse einreichen.



Mit der genehmigten Verordnung kommen Sie dann zu uns und nehmen am Reha-Sportkurs teil

Mitglied im



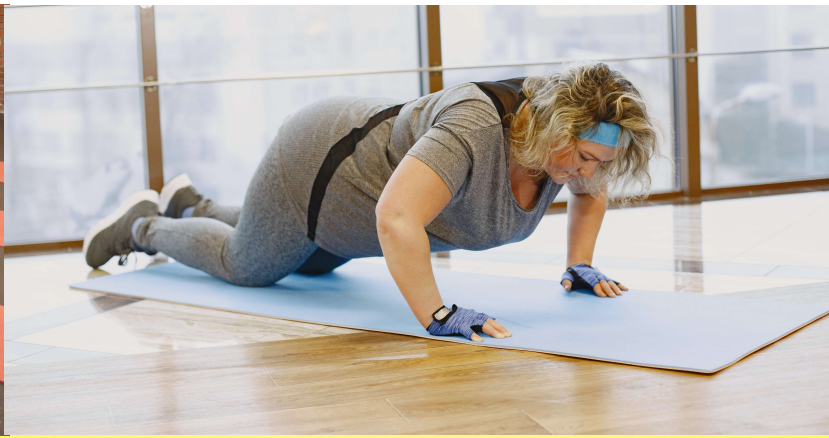
Rehabilitations- und Behinderten-Sportverband Schleswig-Holstein e.V.

Die aktuellen Trainingszeiten finden Sie auf unserer Internet-Seite oder schreiben Sie uns eine E-Mail

Brunsbeker Sportverein e.V.  
Papendorfer Straße 34a  
22946 Brunsbek - OT Langeloh  
Telefon 0 41 07 - 95 85  
vorstand@brunsbeker-sportverein.de  
www.brunsbeker-sportverein.de



# Vom Arzt verordnet!



## Rehabilitationsport

- Reha-Sport kommt unter anderem in Betracht bei:
  - > ständigen Schmerzen im Nacken Rücken
  - > Erkrankungen des Bewegungsapparates (unter anderem auch Bandscheibenvorfälle und Osteoporose)
  - > bestehende Funktionsdefizite nach Verletzungen oder Operationen am Bewegungsapparat
  - > Krebserkrankungen (auch während der Therapie)
  - > Herz-Kreislaufkrankungen
- und als Fortsetzung einer
  - > ambulanten Rehabilitation oder
  - > stationären Rehabilitation in einer Klinik
- Reha-Sport kann von jedem Haus- oder Facharzt für bis zu 50 Sporteinheiten verordnet werden ohne das ärztliche Budget zu belasten. Diese 50 Sporteinheiten müssen innerhalb von 18 Monaten absolviert werden.

- Die Kosten für Reha-Sport werden bei Genehmigung von Ihrer Krankenkasse übernommen. Ihnen entstehen keine weiteren Kosten.
- Reha-Sport findet in kleinen Gruppe mit begrenzter Teilnehmerzahl statt.
- Reha-Sport ist ein durch den Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbänden qualitätsgeprüftes Angebot

***Reha-Sport ist ein kontinuierlicher Prozess und über sollte einen längeren Zeitraum regelmäßig durchgeführt werden. Wir möchten Sie zu einem langfristigen, selbständigen und eigenverantwortlichen Bewegungstraining motivieren.***

**Unser gesamtes Kursangebot  
finden Sie unter  
[www.brunsbeker-sportverein.de](http://www.brunsbeker-sportverein.de)**

## Unsere weiteren Angebote

Für alle Mitglieder, Sportbegeisterten, Anfänger und angehende Sportler ohne Verordnung bietet der Brunsbeker Sportverein weitere Angebote:

- > Rückengymnastik
- > Senioren-Gymnastik
- > Kinderturnen - 3 Alterklassen
- > Eltern-Kind-Turnen
- > Body-Styling
- > Judo - Anfänger und Fortgeschrittene
- > Escrima - Selbstverteidigung
- > Zumba
- > Tischtennis
- > Step-Workout
- > Faszientraining
- >Langhantel-Workout
- > Fußball - Kinder und Jugend
- > Fußball - Herren