

REHA SPORT – WAS IST DAS?

Mit dem TV Augsburg auf Rezept zurück in ein gesundes und aktives Leben. REHA Sport bietet Ihnen die Möglichkeit gemeinsam mit anderen durch Bewegung, Spiel und Sport Ihre Bewegungsfähigkeit zu verbessern und somit den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen. Durch Spaß am Sport wird ein aktiver Schritt zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben gefördert.

Rehabilitationssport ist eine gesetzlich definierte Leistung. Unsere Kurse sind von einem unabhängigen Institut – der Arbeitsgemeinschaft für Rehabilitationssport in Bayern – zertifiziert.

Zusätzlich werden alle unsere REHA Angebote von Ärzten betreut und in Kooperation mit Ärzten durchgeführt. Unsere bestens ausgebildeten Übungsleiter sind unser Qualitätsmerkmal. Art und Intensität des Rehabilitationssports wird anhand Ihrer ärztlichen Verordnung festgelegt.

Herzlich willkommen beim TVA REHA Sport!
Wir beraten Sie jederzeit gerne: 0821/57 37 15



*Unser REHA Sport hilft, Ihr Wohlbefinden zu steigern. Gemeinsame Übungen in der Gruppe stärken Ausdauer, Koordination, Flexibilität und helfen Ihnen Ihr Körperbewusstsein zu verbessern. **Unser Ziel ist es, Ihre Genesung positiv und aktiv zu beeinflussen.***



KONTAKT

TV Augsburg 1847 e.V.

Gabelsbergerstr. 64
86199 Augsburg
Telefon: 0821 57 37 15
info@tvaugsburg.de
www.tvaugsburg.de
Facebook.com/TVAugsburg

TVA REHA Sport

Ansprechpartnerin: Julia Angele
Telefon: 0821 57 37 15
julia.angele@tvaugsburg.de



www.tvaugsburg.de

FOTOS: PETER HÄNKEL | WWW.DESIGNHIGHS.COM | 07.2016



ZIELE DES REHA SPORT

Im Zentrum unseres Konzeptes steht die Steigerung Ihres Wohlbefindens. Ihr Leistungsvermögen und Ihre Bedürfnisse bilden die Basis unseres Kursprogramms.

Übungen, die einen Zugewinn der Kraft- und Ausdauerleistungsfähigkeit gewährleisten wie auch solche zur Verbesserung Ihrer Koordination und Flexibilität werden angeleitet. Unser Ziel ist es, Sie auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheit zu unterstützen und Sie zum langfristigen, selbstständigen und eigenverantwortlichen Bewegungstraining zu motivieren.

ANGEBOTE DES TV AUGSBURG

Rehabilitationssport findet bei uns in Kleingruppen statt. Wir bieten Ihnen ein vielfältiges Kursangebot zu folgenden Indikationen an:

KORONARSPORT

Innerhalb des Herzsports werden insbesondere Übungen zur Verbesserung Ihres Herz-Kreislauf-Systems absolviert. Dabei stehen die Stärkung des Selbstbewusstseins und des Vertrauens in den eigenen Körper trotz vorhandener Herzprobleme im Vordergrund.

LUNGENSport

Dieses Angebot richtet sich an Menschen, die eine Erkrankung der Lunge haben. Das vorrangige Ziel ist es Ihre Atembeschwerden zu lindern und damit einen Beitrag zu mehr Bewegung und mehr Luft im Alltag zu leisten.

WIRBELSÄULENGYMNASTIK

Unsere Kurse helfen Ihnen durch Übungen zur Stabilisierung ihrer Wirbelsäulenmuskulatur, Vertrauen in Ihren Körper zurückzugewinnen und weiter aufzubauen. Schmerzen werden reduziert und die Bewegungsfähigkeit verbessert.



Julia Angele
Abteilungsleiterin



Marion Stute
Beratung



Robert Nöding
Ärztliche Betreuung

OSTEOPOROSESPORT

Über Bewegung wird die Muskulatur gestärkt und die Knochenstruktur aktiv verbessert. Schmerzen werden reduziert und Knochenbrüchen vorgebeugt.

FUNKTIONSGYMNASTIK

Diese Art der Gymnastik wird bei Erkrankungen oder Funktionseinschränkungen der Stütz- und Bewegungsorgane empfohlen. Ziele sind die Schmerzlinderung sowie die Bewegungsverbesserung.

KREBSSPORT

Sport mit oder nach einer Krebserkrankung trägt entscheidend zur Verbesserung der Lebensqualität bei. Wir möchten Sie auf Ihrem Weg gesund zu werden aktiv unterstützen.

IHR WEG ZUM REHABILITATIVEN TRAINING

1. Ihr Arzt empfiehlt Ihnen mehr Bewegung und stellt Ihnen eine Verordnung über Rehabilitationssport aus.
2. Diese Verordnung übermitteln Sie einfach Ihrer Krankenkasse, die daraufhin Ihren REHA Sport genehmigt.
3. Anschließend vereinbaren Sie mit uns einen persönlichen Beratungstermin.
4. Nutzen Sie jetzt Ihre Chance und nehmen Sie Ihre Gesundheit aktiv in die Hand!

**Herzlich willkommen beim
TVA REHA Sport!**

**Telefonische Beratung
0821 / 57 37 15**