

# Zusatz-Angebot für den SPORTPARK

## Vorteile:

- Gerätetraining als ideale Ergänzung zur Wiederherstellung der Gesundheit
- Umfangreiche Anamnese, Analyse des Gesundheitszustandes, individuelle Erstellung eines Trainingsplans, permanente Trainingsbetreuung durch qualifizierte Trainer
- Gezieltes Muskelaufbautraining stabilisiert Sehnen und Bänder und trägt zur Sturzprophylaxe im Alter bei
- Vorbeugung von Osteoporose
- Training an neuesten Ausdauer- und Kraftgeräten (milon®-Zirkel, Cardio- und Kraftgeräte von Cybex®)
- Muskellängentraining an den modernen Geräten von fle-xx
- Einstieg in ein langfristiges und eigenverantwortliches Bewegungstraining wird erleichtert.

## ■ Sondertarif Reha

- Voraussetzung: regelmäßige Teilnahme am Rehasport (mit Formular VO 56) sowie eine maximal gültige Verordnung
- **Plus Paket:** Monatliche Zuzahlung für unbegrenztes Gerätetraining (ohne Kurse/ohne Sauna)
- **Premium Paket:** Monatliche Zuzahlung für unbegrenztes Gerätetraining inkl. Kurse und Sauna
- Einmaliges Startpaket
- Tarif-Gültigkeit: einmalig für max. 18 Monate
- Passive Mitgliedschaft im Verein erforderlich

**Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen.  
Informieren Sie sich jetzt und lernen Sie  
unser vielfältiges Angebot kennen.**



SV Winnenden 1848 e.V.

## SPORTPARK

SV Winnenden 1848 e.V.  
Albertviller Straße 58  
71364 Winnenden

Telefon 0 71 95-58 35 50  
Telefax 0 71 95-58 355 88  
info@sv-winnenden.de  
www.sv-winnenden.de



SV Winnenden 1848 e.V.

## SPORTPARK

# Reha-Sport bei der SV Winnenden

**Stärken Sie Ihre Gesundheit im  
zukunftsorientierten Sportverein**



# Was ist Reha-Sport?

- Reha-Sport ist ein Bewegungstraining für diejenigen, die unter einer Beeinträchtigung der körperlichen Funktionen leiden, wie z.B. Bewegungseinschränkungen, Muskelschwäche, Unter- oder Überbelastung, Verspannungen u.v.m.
- Reha-Sport ist als Gruppentherapie eine ergänzende Maßnahme zur medizinischen Rehabilitation
- Rehasport wird zeitlich befristet mit der Verordnung VO 56 von Kostenträgern finanziert (gesetzlichen Krankenkassen und Rentenversicherungen)

56

Antrag auf Kostenübernahme  
X für Rehabilitationssport  
 für Funktionstraining

Rehabilitationssport/Funktionstraining werden von den Krankenkassen insbesondere mit dem Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe zur Verfügung gestellt

ung für Rehabilitationssport/Funktionstraining  
(agnose(n), gegebenenfalls relevante Nebendiagnose(n))

tionen und Körperstrukturen für die verordnungsrelevante Beeinträchtigung der Aktivität und  
nktionstrainings

Empfohlene Fun\*  
 Leichtathletik  Tm

## Ziele des Reha-Sports

- Stärkung der eigenen Gesundheit
- Erhaltung/Stärkung der Stütz- und Bewegungsorgane
- Erhaltung/Verbesserung der inneren Organe, z.B. Herzkreislauf, Lunge, Niere
- Erhaltung/Verbesserung der Funktionen des peripheren und zentralen Nervensystems, z. B. Koordination, Gleichgewicht, Feinmotorik
- Stärkung des Selbstbewusstseins
- Erreichen größtmöglicher persönlicher Unabhängigkeit
- Steigerung der Lebensqualität



# Reha-Sport bei der SV Winnenden

- Ausschließlich lizenzierte Trainer (Übungsleiter B Rehabilitationssport WBRS)
- Gruppentraining unter qualifizierter Anleitung
- Hochmoderne Räumlichkeiten
- Voraussetzung: Formular VO 56
- Breites Angebot zu unterschiedlichen Zeiten je nach Indikation

**Orthopädie:** Für Teilnehmer mit Einschränkungen des aktiven oder passiven Bewegungsapparates sowie orthopädischen Krankheitsbildern in den Bereichen Rücken, Schulter, Knie oder Hüfte. Schwerpunktmäßig wird bei allen Krankheitsbildern die umliegende Muskulatur gezielt gekräftigt, die Haltung geschult und die Beweglichkeit verbessert.

**Neurologie:** Für Teilnehmer mit Erkrankungen wie Schlaganfall, Parkinson oder Multiple Sklerose. Durch den Sport und die Kontakte in der Gruppe erfahren die Teilnehmer eine nachhaltige Verbesserung ihrer Lebensqualität.

**Sport nach Krebs** hilft den Teilnehmern nach einer Krebserkrankung das Wohlbefinden zu steigern. Es geht darum, Fähigkeiten zu aktivieren, dem Erschöpfungszustand entgegenzuwirken und in der Gruppe über den Kontakt Unterstützung für die Krankheitsbewältigung zu bekommen.

**Herzsport:** Für Teilnehmer mit Herzerkrankungen, wie bspw. Herzinfarkt, denn die Rehabilitationsmaßnahme hilft bei der Wiederherstellung und Verbesserung der körperlichen Fähigkeiten, mindert das Rückfallrisiko und ermöglicht eine sportliche Betätigung unter ärztlicher Kontrolle.

Weitere Infos unter:

<https://www.sv-winnenden.de/winners-reha/start-winners-reha/>

## Ihr Weg zum Reha-Sport bei der SV Winnenden



\*Beratungsbogen (siehe Homepage) ausfüllen und per Mail an [rehasport@sv-winnenden.de](mailto:rehasport@sv-winnenden.de) senden oder direkt im Sportpark abgeben