

REHABILITATIONSSPORT

Kursplan ab 03.12.2018



Dienstag 08:15 Uhr - Schwierigkeitsstufe: mittel
09:15 Uhr - Schwierigkeitsstufe: mittel bis schwer
Ort: Physiotherapie-Praxis Kathrin Kortschlag, Achillesstr. 53, 1325 Berlin

18:15 Uhr - Schwierigkeitsstufe: mittel bis schwer
19:15 Uhr - Schwierigkeitsstufe: mittel bis schwer
Ort: Sporthalle; Bedeweg 1, 13125 Berlin

Mittwoch 08:30 Uhr - Hockergymnastik Schwierigkeitsstufe: leicht
09:30 Uhr - Schwierigkeitsstufe: mittel
Ort: Physiotherapie-Praxis Kathrin Kortschlag, Achillesstr. 53, 1325 Berlin

Ziele des Reha-Sports sind unter anderem die Kräftigung der Muskulatur, die Steigerung der Ausdauer, die Verbesserung der Körperhaltung, u.a. des Gleichgewichtes, eine bessere Beweglichkeit, psychisches Wohlbefinden, die Schulung der Alltagsmotorik, die Verbesserung der Lebensqualität und die Motivation zum gemeinsamen Sporttreiben.....

Unser Reha-Sport wird nach gesetzlichen Vorschriften 45 Minuten lang und von lizenzierten Trainern durchgeführt und wir kassieren keine Zuzahlung.

Wussten Sie, dass onkologisch erkrankten Patienten dauerhaft eine Reha-Sport-Verordnung zusteht?

Reha-Sport unterliegt im Allgemeinen nicht der Budgetierung, also fragen Sie Ihren Arzt nach einer Reha-Sport-Verordnung und rufen Sie uns an, wir beantworten gern weitere Fragen.

Ihr Ansprechpartner für Reha-Sport:
Sporttreff Karower Dachse e.V., Achillesstrasse 57,
13125 Berlin, Telefon 946 33 570, www.karower-dachse.de

Sporttreff Karower Dachse e.V.

Achillesstr. 57 | 13125 Berlin - Karow | Telefon: (030) 946 33 570 | Telefax: (030) 947 98 944
Vorstand: Kirsten Ulrich, Andreas Kreuzahler, Nancy Seefeld
Vereinsregister-Nr.: VR 19120 B | Amtsgericht Charlottenburg
Volksbank Berlin e.G. | IBAN: DE 89 100 900 002 231 103 000 | BIC: BEVODE33
Email: info@karowerdachse.de | Internet: www.karower-dachse.de