

Unser Reha-Programm



Sehr geehrte Sportler,

- Sie haben eine Verordnung von Ihrem Arzt erhalten. Diese ist nur gültig mit **Stempel und Unterschrift von Arzt und Krankenkasse**.
- Die **Kosten** für die Teilnahme am Reha-Sport **trägt Ihre Krankenkasse**. Haben Sie Interesse an weiteren Gesundheitsangeboten des VfL, so können Sie Mitglied werden und das gesamte Angebot des Vereins nutzen.
- Um Sie einer entsprechenden Reha-Gruppe zuzuordnen, die Ihrer Diagnose und Ihrem Zeitplan entspricht, werden Sie mit Ihrer Verordnung im Vital-Studio des VfL zu folgenden Zeiten vorstellig:

Montag bis Freitag 08.30 - 12.30 Uhr

Montag bis Donnerstag 17.00 - 21.00 Uhr

Telefon 0 41 31 / 74 90 - 30

- Nach Zuordnung starten Sie mit entsprechender Sportbekleidung, -schuhen, Handtuch, Getränk in Ihrer Gruppe und nehmen wöchentlich teil.
- Das **Original** Ihrer Verordnung geben Sie zu den oben genannten Zeiten im Vital-Studio oder zu den Öffnungszeiten in der Geschäftsstelle ab. Eine Kopie händigen Sie der Sportlehrkraft aus. Jede Teilnahme bestätigen Sie mit Ihrer Unterschrift.
- Wenn der Reha-Sport nicht spätestens 3 Monate nach Ausstellung der Kostenübernahme begonnen wird, verliert die Verordnung Ihre Gültigkeit. Ein unbegründetes Aussetzen des Reha-Sports von länger als 6 Wochen führt ebenfalls zur Ungültigkeit der Verordnung laut Kostenträger.
- **Die Teilnahme am Reha-Sport außerhalb des verordneten Zeitraums oder häufiger als verordnet, stellen wir Ihnen gegebenenfalls in Rechnung!**
- Nach Ablauf der Verordnung haben Sie die Möglichkeit, dem VfL beizutreten, um Ihrer Gesundheit weiterhin Gutes zu tun.
- **Adressen der Sportstätten:**

Turnhalle Kreideberg	Ostpreußenring 125	Studioraum	Am Grasweg 27
Sportzentrum Sültenweg	Sültenweg 20	Seminarraum	Am Grasweg 27
Halle 5 Oedeme	Oedemer Weg 77	Terrasse Vital	Am Grasweg 27
Oedeme Bad	Oedemer Weg 94		

Unser Reha-Programm



Herzsport

Mittwoch	17.45 - 18.45	Turnhalle Kreideberg	Alexandra Baden
	18.45 - 19.45	Turnhalle Kreideberg	Alexandra Baden

Gefäßtraining

Freitag	09.15 - 10.15	Studioraum	Maike Krüger
---------	---------------	------------	--------------

Nachsorge bei Brustkrebs

Montag	15.00 - 16.00	Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens
	16.00 - 17.00	Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens

Hocker - Gymnastik

Mittwoch	16.00 - 17.00	Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens
----------	---------------	------------------------	----------------

Gymnastik (Orthopädie)

Montag	11.00 - 12.00	Studioraum	Andrea Griebel
	12.00 - 13.00	Studioraum	Andrea Griebel
	14.00 - 15.00	Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens
	20.00 - 21.00	Sportzentrum Sültenweg	Katrin Pope
Dienstag	11.00 - 12.00	Sportzentrum Sültenweg	Claudia Fischer
	17.15 - 18.15	Studioraum	Andrea Griebel
Mittwoch	09.00 - 10.00	Sportzentrum Sültenweg	Andrea Griebel
	10.45 - 11.45	Studioraum	Maike Krüger
	16.30 - 17.30	Studioraum	Regina Schröder
	17.30 - 18.30	Studioraum	Regina Schröder
	18.30 - 19.30	Studioraum	Regina Schröder
	20.15 - 21.15	Sportzentrum Sültenweg	Katrin Pope
Donnerstag	11.00 - 12.00	Studioraum	Angela Haase
	12.00 - 13.00	Studioraum	Angela Haase
	16.00 - 17.00	Studioraum	Andrea Griebel
	17.00 - 18.00	Studioraum	Andrea Griebel
Freitag	10.15 - 11.15	Studioraum	Maike Krüger
	11.15 - 12.15	Studioraum	Maike Krüger

Wassergymnastik (mit Warteliste)

Montag		Oedeme Bad	Kerstin Zeus-Dittmer
Mittwoch		Oedeme Bad	Stefan Wissinger
Donnerstag		Oedeme Bad	Stefan Wissinger
Freitag		Oedeme Bad	Stefan Wissinger