Reha-Sport für Erwachsene

Für Teilnehmer mit ärztlicher Verordnung

Trainingszeiten

Tag	Uhrzeit	Ort	Bemerkung
Dienstag	16:45 - 19:45	(6)	*)

*) Es gibt drei Übungsgruppen:
Neue Teilnehmer daher bitte vorher
mit der Übungsleiterin Kontakt aufnehmen!

Übungsstätte

(6) Sporthalle der Heinz-Neukäter-Schule, Oldenburger Str. 7

Ansprechpartnerin

Helga Bauer - Telefon 04451 / 8 14 99

Allgemeines

Diese Reha-Sportgruppe bietet der VTB Teilnehmern und Teilnehmerinnen mit Wirbelsäulenschäden an. Voraussetzung ist eine entsprechende ärztliche Verordnung. Die Gruppe ist eine vom Alter gemischte Gruppe, Frauen und Männer. Für die Übungen werden u.a. Petzi-Bälle, Hanteln oder Matten eingesetzt. Viele Elemente sind so gestaltet, dass sie ohne Probleme auch zu Hause wiederholt werden können.
Neben der sportlichen Betätigung wird auch die Geselligkeit gepflegt. Ein bis zwei Mal im Jahr werden Aktivitäten wie z. B. eine Stadtführung, eine Wasserturmbesichtigung oder auch ein gemeinsames Essengehen durchgeführt.
Neue Interessenten sind jederzeit willkommen. Eine Kontaktaufnahme ist über die Übungsleiterin oder direkt während der Übungsstunden in der Sporthalle möglich.

Die Rehasportgruppe mit ihrer qualifizierten Übungsleitung ist DBS-geprüft, anerkannt und zertifiziert:
Zertifikat: Rehasportgruppe Erwachsene
Anerkennungsbescheinigung

Zudem ist das Angebot mit der qualifizierten Übungsleitung DTB anerkannt, zertifiziert und mit dem Qualitätssiegel Pluspunkt

Gesundheit ausgezeichnet worden:

Pluspunkt Gesundheit - Urkunde: "Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen"