



# Rehabilitationssport

- für Menschen mit orthopädischen Problemen -

**Was?** Rehabilitationssport, kurz Reha-Sport, bietet Ihnen die Möglichkeit, durch Bewegung Ihre Leistungsfähigkeit für den Alltag zu verbessern und positiven Einfluss auf Ihre Krankheit zu nehmen. Ziel ist es Ihre Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit und die koordinativen Fähigkeiten zu verbessern, Ihr Selbstbewusstsein zu stärken und Sie zum langfristigen und eigenverantwortlichen Training zu motivieren.

**Wer?** Anspruch auf Reha-Sport hat grundsätzlich jeder Mensch, der gruppenfähig ist und eine Verbesserung durch gezielte sportliche Bewegung zu erwarten ist.

**Wann?** Mittwochs 11:00 - 11:45 Uhr  
Donnerstags 16:00 - 16:45 Uhr  
17:00 - 17:45 Uhr

**Wo?** Zegala  
Bahnhofstr. 6  
86971 Peiting

**Wie?** *Reha-Sport ist kostenlos für Sie und unterliegt nicht dem ärztlichen Budget.*

1. Sie sprechen Ihren Arzt darauf an und fragen ihn, ob Reha-Sport für Sie in Frage kommt.
2. Wenn ja, bekommen Sie eine Verordnung (Muster 56).
3. Diese reichen Sie bei Ihrer Krankenkasse zur Genehmigung ein.
4. Sobald die Verordnung genehmigt wurde können Sie jederzeit starten.

Im Regelfall werden 50 Übungseinheiten (ÜE) innerhalb von 18 Monaten ausgestellt, bei bestimmten Indikationen sind auch 120 ÜE/ 24 Monaten möglich.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.dbs-npc.de](http://www.dbs-npc.de)

**Anmeldung** (begrenzte Teilnehmerzahl) und bei Fragen bitte melden bei:

Tara Lengfelder  
E-mail: [rehasport.peiting@gmail.com](mailto:rehasport.peiting@gmail.com)  
Telefon: + 49 171 1559278

Änderungen werden rechtzeitig auf der Homepage [www.aktiv-team.com](http://www.aktiv-team.com) oder an der Infotafel des Zegalas bekannt gegeben.