



Ab Juli 2018 Rehabilitationssport Orthopädie im Wasser

Schonend bewegen im Wasser

Das Rehabilitationssportangebot mit dem Schwerpunkt Orthopädie im Wasser richtet sich an Teilnehmer mit Schädigung des (aktiven und/oder passiven) Bewegungsapparats aufgrund von Erkrankungen der Wirbelsäule und der Gelenke. Wassergymnastik ist ein spezielles Bewegungstraining im Wasser, welches Rücken und Gelenke schont und das Herz-Kreislaufsystem sowie Muskulatur kräftigt. Durch die Tragkraft des Wassers bewegen Sie sich leichter und können auch mit Gelenkerkrankungen am Sport teilnehmen. Durch den Wasserauftrieb wird durch das Training auch Ihr Gleichgewichtssinn geschult und Ihre Konzentration angeregt. In der Sportstunde haben die Teilnehmer die Möglichkeit gemeinsam mit anderen durch Bewegung, Spiel und Sport die eigene Bewegungsfähigkeit zu verbessern und den Verlauf der Krankheit positiv zu beeinflussen. Darüber hinaus soll der Spaß an der Bewegung und die Motivation vermittelt werden, auch nach Ablauf der Verordnung selbständig weiter zu trainieren bzw. sich einer bestehenden Trainingsgruppe anzuschließen.

Finanziert wird die sportliche Maßnahme durch die Krankenkassen nach dem Modell des ambulanten Rehabilitationssports durchgeführt durch lizenzierte Übungsleiter. Die entsprechende Verordnung (Formular K56) wird vom Arzt ausgestellt und anschließend von der Krankenkasse genehmigt in die Geschäftsstelle des Vereins abgegeben.

Auch Vereinsmitglieder oder externe Interessenten können/dürfen gegen Gebühr (10,00 €/Übungseinheit) teilnehmen.

Der Kurs beginnt erst bei einer entsprechenden Teilnehmerzahl!
Eine Anmeldung in der Geschäftsstelle ist vor Beginn des Kurses zwingend erforderlich. Die Geschäftsstelle berät Sie gerne über die Voraussetzungen für die Teilnahme am Rehabilitationssport.

**Das Training findet im Schwimmbad der Bremer Heimstiftung Ichon Park statt.
Oberneulander Landstraße 70, 28355 Bremen**

Trainingszeiten:

Dienstags: 9:00 - 9:45 Uhr / 9:45 - 10:30 Uhr / 17:45 - 18:30 Uhr / 18:30-19:15
Donnerstags: 18:30 - 19:15 Uhr

LBSV Bremen e.V.
Volkmanstr. 12
28201 Bremen

Tel.: 0421 - 55 50 21
Fax: 0421 - 55 67 38
E-Mail: info@lbsv-bremen.de