Der Gesundheitsclub des SV Lohhof e.V.

R E H A S P O R T

Indikationen: Orthopädie/Krebsnachsorge

Termine:	**Dienstag,**	**19.45-20.30 Uhr**
	Mittwoch,	**15.15-16.00 Uhr**
	Donnerstag,	**15.00-15.45 Uhr**
Ort:	**Gymnastikhalle BallhausForum**	

Termin:	**Mittwoch,**	**17.30-18.15 Uhr**
Ort:	**Sporthalle der Ganghofer Schule**	

Termin:	**Montag**	**17.30– 18.15 Uhr**
Ort:	**Nelkenhalle**	

Im Rehasport ist die Kräftigung der Muskulatur und die Verbesserung der Koordination zentrales Ziel auf dem Weg zur Stabilisierung aller Gelenke. Jede Einheit enthält zusätzlich Beweglichkeits- und Entspannungsübungen.
Ziel ist es, wieder Freude an der Bewegung zu bekommen, das Vertrauen in den eigenen Körper wieder zu finden und die Abwehrkräfte zu stärken. Durch bessere körperliche Fitness lassen sich berufliche und häusliche Arbeiten leichter bewältigen und Lebensfreude und Selbstsicherheit wieder erlangen.

Wegweiser zum Rehasport

- Ihr Arzt stellt Ihnen eine Verordnung über ambulanten Rehabilitationssport aus
- Ihre Krankenkasse genehmigt diese Verordnung
- Sie suchen sich beim SV Lohhof e.V. eine Ihrer Indikation zugeordnete Rehasportgruppe aus

Eine Teilnahme ist auch für Selbstzahler ohne Verordnung möglich!
Sie suchen sich beim SV Lohhof e.V. eine Ihrer Indikation zugeordnete Rehaportgruppe aus und bezahlen nach Anzahl der Stundenteilnahme.

Gerne stehen wir Ihnen in der Geschäftsstelle für weitere Fragen zur Verfügung!

Geschäftsstelle des SV Lohhof e.V.
Bezirksstraße 27
85716 Unterschleißheim
Daniela Klimke
Tel.: 089-3101590 oder 089-72926604
Mobil: 0176-81150306
Fax: 089-31009699
Öffnungszeiten: Montag–Freitag 9.00-11.00 Uhr und Donnerstag 17.00-19.00 Uhr
E-Mail: verwaltung@svlohhof.de
Internet: www.svlohhof.de/Gesundheitssport