

Rehabilitationssport – was ist das?

Rehabilitationssport bietet die Möglichkeit, gemeinsam mit Anderen durch Bewegung, Spiel und Sport die Bewegungsfähigkeit zu verbessern und den Verlauf von Krankheiten positiv zu beeinflussen. Er kommt grundsätzlich für alle Menschen mit oder mit drohender Behinderung sowie chronisch Kranke in Frage.

Ziele des Rehabilitationssports

Rehabilitationssport hat das Ziel ihre Ausdauer, Kraft, Koordination und Flexibilität zu verbessern und ihr Selbstbewusstsein zu stärken.

In den jeweiligen Rehasport-Gruppen finden sie Menschen, die ähnlich wie sie von einer Erkrankung betroffen sind.

Neben dem gemeinsamen Sporttreiben ist auch der Austausch mit anderen ein wichtiges Element im Rehasport.

Kosten des Rehabilitationssports

Rehabilitationssport kann vom Arzt verordnet werden. Im Regelfall übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen Kosten für bis zu 50 Übungseinheiten innerhalb von 18 Monaten.

Damit entstehen keine Kosten für sie!

Was müssen sie tun um am Rehabilitationssport teilzunehmen?

- Sprechen sie gezielt ihren Arzt an.
- Wenn der Arzt einen Bedarf für eine Verordnung von Rehasport sieht, wird von ihm das erforderliche Formular „Muster 56“ ausgefüllt. Diese Verordnung unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und ist somit **budgetneutral für den Arzt**.
- Mit diesem Formular gehen sie zu ihrer Krankenkasse und lassen sich die Kostenübernahme bestätigen.
- Wenn ihre Krankenkasse die Verordnung genehmigt hat, können sie sich eine Rehabilitationssportgruppe in ihrer Nähe auswählen und mit dem Sport beginnen.

Das Rehabilitationssport-Angebot des Turnverein Kuppenheim

Sport nach Krebs

Unter Leitung unserer speziell dafür ausgebildeten Übungsleiterin wird ein gezieltes Sportprogramm mit gymnastischen Übungen, Spielen, Atmungs- und Entspannungsübungen für krebserkrankte Personen angeboten.

Das Sportprogramm versteht sich als Ergänzung zur medizinischen und krankengymnastischen Betreuung. Angesprochen sind alle Männer und Frauen, die nach einer Krebsbehandlung aktiv bleiben bzw. werden wollen.

Das Sportprogramm soll dazu beitragen, die aus einer Krebserkrankung resultierenden Einschränkungen mit Hilfe funktioneller Bewegung abzubauen. Die Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit ist für Patienten ein entscheidender Schritt zur Stabilisation des Selbstvertrauens und zur Wiederherstellung des seelischen Wohlbefindens. Das Sportprogramm wird seit Oktober 2005 regelmäßig donnerstags von 18.00 Uhr bis 19.00 Uhr in der „Alten Schule“ Kuppenheim, Murgtalstraße 8 angeboten.



Ansprechpartner ist unsere Übungsleiterin Edith Staudt
Telefon: 07222/41582

Sportgruppe zur Rehabilitation nach orthopädischen Erkrankungen

Dieses Angebot richtet sich an Menschen mit **Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates** und den daraus resultierenden chronischen Problemen.

Unter Leitung unseres Übungsleiters Frank Megow wird ein gezieltes Sportprogramm mit gymnastischen Übungen zur Kräftigung, Mobilisierung und Entspannung angeboten.

Das Reha-Sportprogramm versteht sich als Ergänzung zur medizinischen und krankengymnastischen Betreuung. Das Angebot richtet sich speziell an Menschen mit

- Knie-, Hüft- und Schulterproblemen
- Arthrose
- Rückenproblemen
- Osteoporose
- künstlichen Gelenken

Den Bedürfnissen dieser Zielgruppe entsprechend werden Muskeln gekräftigt und ihre Beweglichkeit gefördert. Das macht in dieser Kleingruppe auch richtig Spaß, weil die Inhalte angemessen und an die Einschränkungen angepasst sind. Damit wird auch niemand überfordert.

Das Sportprogramm besteht seit September 2012. Es wird regelmäßig jeden Donnerstag von 19:00 Uhr bis 20:00 Uhr und montags von 19:00 – 20:00 Uhr im Gymnastikraum der „Alten Schule“ Kuppenheim, Murgtalstraße 8 angeboten.



Ansprechpartner ist unser Übungsleiter Frank Megow
Telefon: 07222/35547

Sport bei Erkrankungen im Bereich der Inneren Medizin

Der TV Kuppenheim bietet ein Reha-Sportprogramm bei Erkrankungen im Bereich der Inneren Medizin an.

Angesprochen sind hier Patienten mit Diabetes, Nierenerkrankungen, Asthma oder starkem Übergewicht.

Unter Leitung unserer Übungsleiterin Christine Kronenwett wird ein gezieltes Sportprogramm mit einem leichten Ausdauertraining angeboten.

Ziel ist es, die Ausdauer und Kraft zu stärken sowie Koordination und Flexibilität zu verbessern. Die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit soll geweckt und zu einem lebensbegleitenden Sporttreiben motiviert werden.

Unser Bewegungsprogramm:

- leichtes Ausdauertraining
- funktionelle Gymnastik
- Koordination und Gleichgewicht
- Kräftigung und Dehnung
- Spiele und Entspannung

Unter fachkundiger Anleitung wird die Möglichkeit geschaffen, Freude an Gymnastik, Spiel und Bewegung zu erfahren und zu erhalten.

Eine Teilnahme an dem Sportangebot ist jederzeit möglich. Das Sportprogramm wird seit Januar 2013 regelmäßig freitags zwischen 18:00 Uhr und 19:00 Uhr im Gymnastikraum in der „Alten Schule“ Kuppenheim, Murgtalstraße 8 durchgeführt.

Außerdem wird im Rahmen des Rehasports eine Walking- bzw. Nordic-Walkingstunde angeboten.

Diese findet dienstags von 19:00 – 20:00 Uhr statt.

Treffpunkt ist der Parkplatz von Schloss Favorite.

Bei Interesse, bitte vorher Kontakt mit der Übungsleiterin aufnehmen.



Ansprechpartner ist unsere Übungsleiterin Christine Kronenwett
Telefon 07222/409040

Sport nach Schlaganfall

Der TV Kuppenheim bietet ein Sportprogramm für Schlaganfallpatienten an.

Sport nach Schlaganfall bietet die Möglichkeit, die Lebensqualität nach einem Schlaganfall zu verbessern.

Bewegung mit Freude, Spiele mit Spaß und sportliche Aktivitäten sollen zu einer besseren Krankheitsbewältigung und Lebensqualität führen.

Die Teilnehmer werden in eine Gruppe integriert, können neue Kontakte knüpfen, Freunde finden und im Erfahrungsaustausch mit ähnlich Betroffenen ihr Schicksal aktiv in die Hand nehmen.

Die Stundeninhalte werden auf die Möglichkeiten und Fähigkeiten der Teilnehmer zugeschnitten.

Gangschulung wie auch Übungen zur Verbesserung des Gleichgewichts erhöhen die Sicherheit im Alltag. Durch Gedächtnis- und Konzentrationsübungen werden die geistigen Potentiale aktiviert.

Das Sportprogramm findet jeden Montag von 15:30 Uhr bis 16:30 Uhr im Gymnastikraum der Alten Schule Murtalstr. 8 in Kuppenheim statt



Ansprechpartner ist unser Übungsleiter Frank Megow
Telefon: 07222/35547

Haben wir ihr Interesse geweckt?

Sprechen sie ihren Arzt gezielt an!

Für Fragen stehen ihnen jederzeit unsere Geschäftsstelle sowie die jeweiligen Übungsleiter zur Verfügung.

Reha-Sport mit dem Turnverein Kuppenheim 1898 e.V.



Sport nach Krebs

Sport bei orthopädischen Erkrankungen

Sport nach Schlaganfall



Sport nach Erkrankungen im Bereich der Inneren Medizin