

Was müssen Sie tun?

1. Patient geht zum Arzt.



2. Verordnung des Rehasports durch den behandelnden Arzt.



3. Genehmigung der Kostenübernahme durch die Krankenkasse.



4. Über die Vinzenztherme anmelden und Sporttreiben beginnen.



Das staatlich anerkannte Heilbad Bad Ditzenbach liegt im oberen Filstal am Rande der Schwäbischen Alb – von Stuttgart in knapp 30 Minuten über die Autobahn A8 zu erreichen.



Kurszeiten erfahren Sie auf Anfrage

Ansprechpartner:

Vinzenz Therme
Kurhausstraße 18
73342 Bad Ditzenbach
Tel.: 0 7334-76 740

kontakt@vinzenz.de

FTSV Bad Ditzenbach-Gosbach e.V.
Hiltentalstraße 15
73342 Bad Ditzenbach/Gosbach

info@ftsv-badditzenbach.de

„Informationsblatt zum Rehasport“



Vinzenz Therme Bad Ditzenbach
in Kooperation mit dem
FTSV Bad Ditzenbach / Gosbach





Was ist Rehasport?

Der Rehabilitationssport ist eine vom Arzt verordnete Leistung, die in der Regel für die Dauer von 50 Einheiten verordnet wird. Rehabilitationssport bietet die Möglichkeit gemeinsam, mit anderen Menschen durch Bewegung, Spiel und Sport ihre Bewegungsfähigkeit zu verbessern, den Verlauf von gesundheitlichen Beeinträchtigungen positiv zu beeinflussen und damit wieder am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen. Der Rehasport wird nach bundesweit einheitlichen Kriterien in speziell anerkannten Gruppen angeboten. Die Art und Intensität des Rehasports wird anhand einer ärztlichen Verordnung festgelegt.

Ziele des Rehasports

- ◆ Stärkung von Kraft, Ausdauer, Koordination und Flexibilität
- ◆ Steigerung der Gesundheit und des Wohlbefindens
- ◆ Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- ◆ mehr Lebensqualität und Selbstwertgefühl
- ◆ Schmerzreduktion
- ◆ Stärkung der Eigenverantwortlichkeit und der Motivation für ein gesundheitsbewusstes Leben
- ◆ bessere Selbsteinschätzung der Leistungsfähigkeit

Rehasportangebote/Kursinhalte

Training im Wasser

Aquafitness ist ein vielseitiges, gelenkschonendes und den Bewegungsapparat entlastendes Training, alle Körperpartien werden durch den Wasserwiderstand gleichzeitig trainiert und ist auch für Nichtschwimmer geeignet.



Training an Kleingeräten

gezieltes Training mit Kleingeräten fördert die Koordination, die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System und kann damit die Beweglichkeit, die Körperhaltung und das Wohlbefinden verbessern.



Ausdauersport im Freien

das Ausdauertraining an der frischen Luft stärkt das Immunsystem, baut Stress ab, stärkt die Knochen, verbessert das Herz-Kreislauf-System und führt zu einem moderaten Muskelaufbau

Wer kann teilnehmen?

Rehasport eignet sich für Patienten mit einer chronischen Erkrankung des Stütz- und Bewegungsapparates, einer kardiologischen Erkrankung, sowie für Patienten nach einer überwundenen Krankheit oder einer Verletzung, die ihren Körper wieder in Schwung bringen möchten.

Rehabilitationssport kann und darf von jedem Arzt verordnet werden und unterliegt nicht der Heilmittelverordnung, ist somit budgetneutral für den Arzt und umfasst in der Regel 50 Übungseinheiten.

Welche Kosten entstehen für mich?

Wenn Sie eine durch Ihre gesetzliche Krankenkasse genehmigte ärztliche Verordnung vorlegen können, ist der Rehabilitationssport für Sie kostenfrei.

Ein Ziel des Rehabilitationssports ist es, die Teilnehmer an ein lebenslanges Sporttreiben (Lebensstilmodifikation) heranzuführen und so die Nachhaltigkeit zu sichern.

Es wird empfohlen auch während des Verordnungszeitraums eine Mitgliedschaft im Verein abzuschließen, mit der Sie zusätzliche Vereinsangebote nutzen können, weitere Vergünstigungen in der Vinzenz Therme erhalten und die Arbeit des Sportvereins unterstützen.