

# Physiotherapie**Infobrief**

Zentrum für  
Gesundheit & Therapie Adlkofen

## **Reha-Sport? – Sport im Wasser & im Kursraum!** *im Zentrum für Gesundheit & Therapie Adlkofen*

### **Was bedeutet Rehabilitationssport?**

Der Reha-Sport wird als ergänzende Leistung durch den Arzt verschrieben. Dabei soll die Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit, sowie die Ausdauer und der Aufbau von Muskelgruppen verbessert und unterstützt werden. Des Weiteren wird eine soziale und psychische Stabilisierung der Teilnehmer angestrebt.

Reha-Sport gehört auch zu den Leistungen der Eingliederungshilfe für behinderte Menschen im Rahmen der Sozialhilfe. Nach dem Bundesversorgungsgesetz haben Geschädigte Anspruch auf die Teilnahme an Versehrtenleibesübungen zur Wiedergewinnung und Erhaltung der körperlichen Leistungsfähigkeit.



Ferner haben Sie in unserer Einrichtung die Möglichkeit, je nach Verordnung, den **Reha-Sport auch im Wasser** durchzuführen. Durch den Einsatz im Bewegungsbad können sich Patienten besonders schmerzfrei bewegen, wobei die positiven sportlichen Effekte und die langfristige Verbesserung der sportlichen Aktivität gestärkt werden.

### **Wie kann ich teilnehmen?**

Reha-Sport wird vom Arzt verordnet und ist von den Rehabilitationsträgern zeitlich begrenzt als Pflichtleistung finanziert. Dabei variiert der Umfang der Leistung mit der Schwere der Beeinträchtigung. Im Regelfall werden 50 Übungseinheiten für höchstens 18 Monate verordnet. Die ärztliche Bescheinigung über die Notwendigkeit von Reha-Sport ist im Allgemeinen auf 1- bis 2-mal in der Woche festgelegt. Im Zentrum für Gesundheit & Therapie erhalten Sie vor dem Beginn des Sports einen kostenfreien Gesundheitscheck und eine Einführung in das Training. Bei weiteren Fragen zur Verordnung und Genehmigung helfen wir Ihnen gerne weiter.

### **Welche Ziele hat der Reha-Sport?**

- Sicherung der körperlichen & geistigen Gesundheit
- Verbesserung von Erkrankungen (Schlaganfall, Krebserkrankung, MS, Herz-Kreislauf-Erkrankungen)
- Verbesserung von Behinderungen
- Prävention von Einschränkungen & Folgeschäden
- Stärkung der allgemeinen Gesundheit
- Langfristige sportliche Betätigung, Belastung, Gruppendynamik
- Steigerung der Lebensqualität
- Schaffung von Selbstbewusstsein & Körpergefühl

*Sie haben weitere Fragen rund um das Thema Reha-Sport, Therapie & Gesundheit?  
Gerne helfen wir Ihnen weiter!*



**Zentrum für Gesundheit & Therapie**

Am Niederholz 8 84166 Adlkofen

Tel. 08707 91010

info@gz-adlkofen.de

www.gz-adlkofen.de