



KSV
BAUNATAL



Reha-Sport Zeit für Ihre Gesundheit

Gruppen für

- » **Orthopädie**
- » **Krebsnachsorge**
- » **Lungensport**
- » **Neurologie**



... wir
bewegen
die Region!



Unsere Reha-Sport-Angebote

Ziel und Zweck des Rehabilitationssports:

- » Ausdauer und Kraft stärken
- » Koordination und Beweglichkeit verbessern
- » Selbstbewusstsein erhöhen
- » Hilfe zur Selbsthilfe

Unsere Reha-Sport-Abteilung hat als oberstes Ziel die **Erhaltung und Wiedergewinnung von Gesundheit und körperlicher Leistungsfähigkeit**. Wir bieten Bewegungsprogramme für **alle Altersklassen** und verschiedene **Krankheitsbilder**.

Dabei liegt uns besonders das Gemeinschaftsgefühl, der **Kontakt zu Gleichgesinnten** und der Spaß bei der gemeinsamen sportlichen Aktivität am Herzen.





... bei orthopädischen Erkrankungen

Gymnastikgruppen

für Menschen, die eine funktionelle Gymnastik auch am Boden (auf der Matte) ausüben können.

Übungen mit hochwertigen Trainingsgeräten für den gesamten Bewegungsapparat im Gehen, Stehen, Liegen, Knien & Sitzen.

Wassergymnastik

für Menschen mit einer fortgeschrittenen Gelenkerkrankung.

Vorteil: Durch die schonenden Bewegungen im Wasser sind die Übungen kaum belastend für die Gelenke.

Hocker-/Rollatoren-Gymnastik

für Menschen, denen es schwerfällt, Übungen auf dem Boden liegend auszuführen oder eigenständig zu stehen.

Gehen, stehen, sitzen, bewegen. Nach dem Motto „Locker vom Hocker/Rollator“ werden rückschonende Übungen für den Bewegungsapparat durchgeführt.





Reha-Plus – verbindet ...

1. funktionelle Gymnastik in der Gruppe (Kassenleistung) mit
 2. Training im Gerätezirkel in der Gruppe (Zusatzleistung).
- Eine Mitgliedschaft im KSV Baunatal, Abteilung Reha-Sport ist für Reha-Plus erforderlich.

Reha-Sport für Kinder und Jugendliche

für Kinder und Jugendliche mit Skoliose und anderen Rückenproblemen, Haltungs-, Koordinations- und Gleichgewichtsschwäche in Verbindung mit Übergewicht.

Lungensport

für Menschen mit chronisch obstruktiven Atemwegs- und Lungenkrankheiten, COPD, Asthma bronchiale, interstitiellen Lungenkrankheiten, Mukoviszidose, pulmonaler Hypertonie.

Die kontinuierliche Ausübung von Lungensport unterstützt die Aufrechterhaltung und Wiedergewinnung der körperlichen Leistungsfähigkeit.





Sport in der Krebsnachsorge

Indikation Brustkrebs für jede Frau in jedem Alter.

Abgestimmtes Training zur Wiederherstellung der Belastbarkeit und des körperlichen und seelischen Wohlbefindens nach der Krebsdiagnose.

Indikation Prostatakrebs für jeden Mann in jedem Alter.

Gezieltes Beckenbodentraining für Männer nach Prostata-OP oder anderen urologischen Krebserkrankungen.

Gemischte Gruppe für Patienten mit anderen Krebsdiagnosen

... bei neurologischen Erkrankungen

für Menschen mit neurologischen Erkrankungen, wie z.B. Schlaganfall, Multiple Sklerose (MS), Parkinson.

Gangschulung zur Verbesserung des Gleichgewichts, Gedächtnis-/Konzentrationsübungen, Entspannung, Spiele.



Ihr Weg zur Teilnahme am Reha-Sport des KSV Baunatal

Grundsätzlich gilt: Für die Teilnahme benötigen Sie eine vom Arzt ausgestellte und von der Krankenkasse genehmigte Verordnung für Rehabilitationssport.

- 1. Termin beim Arzt – Ausstellung einer Verordnung für Reha-Sport**
- 2. Verordnung bei der Krankenkasse zur Genehmigung einreichen**
- 3. Terminvereinbarung beim KSV zur Einteilung in eine Gruppe**
- 4. Teilnahme am Reha-Sport und Mitgliedschaft im KSV Baunatal, Abteilung Reha-Sport**
- 5. Nachhaltigkeit** – Sie können nach abgelaufener Verordnung eine Folgeverordnung beantragen oder als Mitglied der Abteilung Reha-Sport weiter am Reha-Sport teilnehmen.

Ihre Teilnahme am Reha-Sport wird durch die jeweilige Krankenkasse gemäß SGB IX § 44 bezuschusst.





Übersicht Reha-Sport

Unsere Sportstätten:

KSV Sportwelt, Altenritter Straße 37, Baunatal (am AquaPark)
bdks, Kirchbaunaer Straße 19, Baunatal
AquaPark, Altenritter Straße 41, Baunatal
Kursraum 4 (West), Lübecker Straße 26, Baunatal-Großenritte

Mitgliedschaft im KSV Baunatal:

Vom ersten Tag an Vereinsmitglied sein und Teil einer funktionierenden Solidargemeinschaft werden! Die Mitgliedschaft eröffnet zahlreiche Zusatzangebote (z.B. Nordic Walking, Bosseln), gesellige Anlässe, Feiern und Fahrten und bietet Ihnen eine sportliche Heimat unter Gleichgesinnten.

Preise:

Mitgliedschaft im Reha-Sport:

4,50 € monatlich Grundbeitrag im Hauptverein

4,00 € monatlich in der Reha-Sport-Abteilung

Kündigung zum 30.06. und 31.12.

Ihr Vorteil:

Lizenzierte Übungsleiter, zertifizierte Übungsgruppen,
hochwertig ausgestattete Übungsräume und Trainingsgeräte.



KSV sportwelt

Kontakt

Information und Beratung

Reha-Sport-Team:

T.: 0561 570599-0

Fax: 0561 570599-14

reha-sport@ksv-baunatal.de

www.facebook.com/ksvbaunatalrehasport

Persönliche Beratungszeit:

jeden Dienstag in der KSV Sportwelt von 16 – 18 Uhr

Hauptverein

KSV Baunatal e.V.

Geschäftsstelle

Altenritter Straße 37

34225 Baunatal

www.ksv-baunatal.de

www.facebook.com/ksvbaunatal



Weitere Infos:

www.reha-sport.ksv-baunatal.de