



REHASPORT

bei

Schwarz-Weiß Esch

WAS? Ziel ist eine **Verbesserung** der **Bewegung, Ausdauer, Kraft** und **Koordination** nach einer orthopädischen Erkrankung. Gemeinsam in der Gruppe lernen Sie, die Verantwortlichkeit für Ihre eigene Gesundheit zu stärken. Gleichzeitig fördern Sie gezielt ihre Motivation zum langfristigen Sporttreiben.

WIE? Für eine Teilnahme in der Reha-Sportgruppe ist keine Mitgliedschaft im Sportverein Schwarz-Weiß-Esch erforderlich. Sie benötigen lediglich eine **Rehabilitationssportverordnung** (Formular Nr. 56) von Ihrem Arzt, welche Sie sich von Ihrer Krankenkasse genehmigen lassen müssen.

WANN? **Dienstag** um **17.00 Uhr**, **Mittwoch** um **19.00 Uhr** und zurzeit **Dienstag** um **8.45 Uhr**

Wenn sie Interesse haben, rufen sie bei Theresia Helms unter

Tel.: 05451/16332

an, um sich nach einem freien Platz zu erkundigen.

Und dann können Sie loslegen.