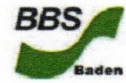




www.tgsandhausen.de

Turngemeinde 1889 e.V. Sandhausen

Abteilung Reha – Sport



Ab April 2019

Die TG Sandhausen bietet für Mitglieder und in Kooperation mit den Krankenkassen (Rezept) folgende Reha - Sportgruppen an:

Arthrose,

Atemwegserkrankungen (auch COPD, Asthma bronchiale)

Bewegung - Haltung - Entspannung,

Diabetes Durchblutungsstörungen / paVk,

Gelenkschäden,

Herz-Kreislauf-Training mit Beweglichkeitsschulung,

neurologische Erkrankungen / Schmerzen,

Osteoporose,

Rheuma & Co. (chronische Polyarthritis, u.a.),

Schlaganfall/Parkinson,

Sport nach Krebs,

TEP (Endoprothesen Hüfte-Knie-Schulter) Wirbelsäulenerkrankungen.

Reha - Sport

Übungsplan

Tag	Zeit	Gruppe	Ort	Trainer
Montag	19.00-20.00 Uhr	A	AW	Alex
Mittwoch	08.45-09.45 Uhr	B	Testhalle	Evelyn
Mittwoch	09.00-10.15 Uhr	C	AW	Irene
Mittwoch	17.30-18.45 Uhr	D	AW	Irene
Donnerstag	10.00-11.15 Uhr	Diabetes	AW	Irene
Donnerstag	14.00-15.15 Uhr	Schlaganfall 1	AW	Irene
Donnerstag	15.30-16.45 Uhr	Schlaganfall 2 COPD	AW	Irene
Donnerstag	17.00-18.15 Uhr	E	AW	Irene
Donnerstag	17.00-18.00 Uhr	F	Festhalle	Carmen

Prävention

Dienstag	09.30-10.30 Uhr	Gruppe 1	AW	Margarete
Donnerstag	18.15-19.15 Uhr	Gruppe 2	Festhalle	Margarete

AW = Gymnastikraum "Altengerechtes Wohnen" Schützenstraße 2

Reha - Sport Information und Anmeldung bitte bei Irene Pelczer Tel. 06224 53441