



Turngemeinde 1889 e.V. Sandhausen

Abteilung Reha – Sport



www.tgsandhausen.de

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 Polyarthritits, u.a.),
- Schlaganfall/Parkinson,
- Sport nach Krebs,
- TEP (Endoprothesen Hüfte-Knie-Schulter)
- Wirbelsäulenerkrankungen.

Übungsplan Rehasport

Altengerechtes Wohnen

Tag	Zeit	Ort	Gruppe	ÜL
Mo	19.30 - 20.30 Uhr	AW	A	Isa
Di	09.00 -10.00 Uhr	AW	B	Alex
Di	10.30 -11.30 Uhr	AW	C	Alex
Mi	09.00 -10.15 Uhr	AW	D	Irene
Mi	17.30 -18.45 Uhr	AW	E	Irene
Do	09.30 -10.30 Uhr	AW	F	Isa
Do	14.00 -15.15 Uhr	AW	Schlaganfall	Irene
Do	15.30 -16.45 Uhr	AW	COPD	Irene
Do	17.00 -18.15 Uhr	AW	G	Irene

AW = Gymnastikraum "Altengerechtes Wohnen" Schützenstraße 2

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