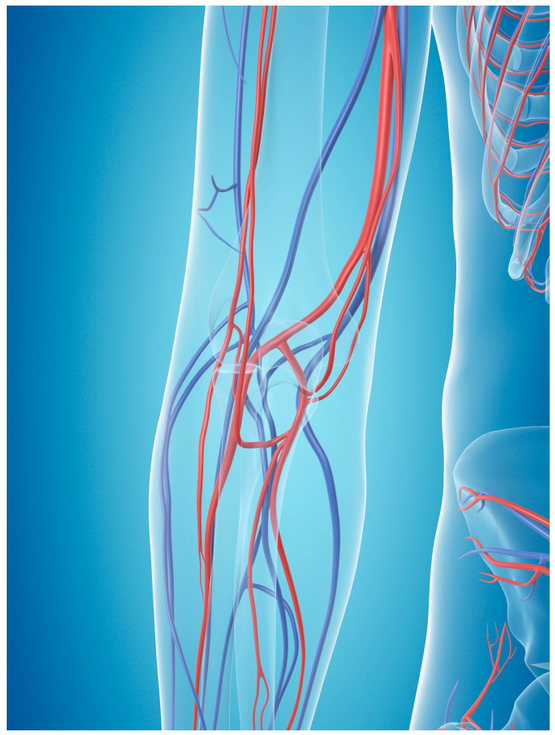
Reha-Sport

Gefäßsport



bei peripherer arterieller Verschlusskrankheit (paVK)

TUS 1859 Hamm
Rietzgartenstraße. 46
59065 Hamm

Was geschieht in der Gefäßsportgruppe?

Durch regelmäßige Teilnahme
an der Gefäßsportgruppe erreichst du

- Stabilität im Umgang mit deiner Erkrankung
- Verbesserung deiner Durchblutung
- Verlängerung deiner Gehstrecke
- Reduzierung deiner Muskelspannung

Im Vordergrund stehen Ausdauer- und Kraftausdauerelemente in Intervallen. Um individuelle Belastungspausen einhalten zu können, steht zu Beginn deines Trainings die Ermittlung deiner persönlichen Belastungsgrenze. Diese wird im Laufe der Teilnahme immer wieder überprüft, sodass du schnell deine Fortschritte nicht nur spüren, sondern auch sehen kannst.

Ihr Weg zum Gefäßsport

- Frag deinen Arzt nach einer Rehabilitationssportverordnung (Formular 56 / Formular G850)
- Reich das ausgefüllte Formular bei deiner Krankenkasse ein und lasse dir die Kostenübernahme bestätigen
- Nimm Kontakt mit uns auf, um dir einen Platz in unserer Gefäßsportgruppe zu sichern

Donnerstags, 17.00-18.00 Uhr

Gymnastikraum der Friedensschule
Marker Allee 20, 59063 Hamm

Alle Infos finden Sie hier

Ansprechpartnerin
Diana Schneider
02381-97 559 25
d.schneider@tus59hamm.de

Ich bin persönlich für dich da:
Mo: 8.30 Uhr - 12.30 Uhr
Di: 8:30 Uhr - 12.30 Uhr
Mi: 8.30 Uhr - 12.30 Uhr
Do: 8.30 Uhr - 12.30 Uhr