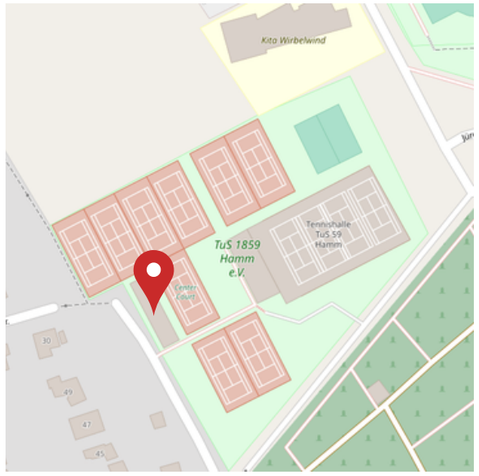
# Rehasport Kurse (Orthopädie)






**Kontakt:**
**TuS 1859 Hamm e.V.**
Rietzgartenstr. 46, 59065 Hamm
02381 97559 00
info@tus59hamm.de
www.tus59hamm.de

**Öffnungszeiten**
Mo - Do: 08:30 - 17:00 Uhr
Fr: 08:30 - 16:00 Uhr

An unseren Reha- Sport Angeboten kann nur mit gültiger Verordnung oder als Selbstzahler teilgenommen werden!

Die Gebühren der Selbstzahler richten sich nach den aktuellen Sätzen der Krankenkasse.

Für weitere Informationen kannst du dich jederzeit bei uns melden.

**Melde dich jetzt an und werde Mitglied unserer großen Sportfamilie**
#gemeinsamtus

Anmeldung und Einteilung

erfolgen über Ihre Ansprechpartnerin im Rehasport

**Diana Schneider**

Tel.: 02381 97559 25
Mail:d.schneider@tus59hamm.de

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

## Unser Verein im Überblick

Rehabilitations- und Fitnessport

13 Wettkampfabteilungen

Sportatrium

über 3000 Mitglieder

Prävention

Kooperationspartner zahlreicher Schulen, Kindergärten und Alten-und Pflegeeinrichtungen

Jugendarbeit

**Sportkita**

Sportangebot seit 160 Jahren

20 Abteilungen

KISS-Die Kindersportschule

**Das sind wir:**

Der TuS 1859 Hamm hat sich als ältester Sportverein in Hamm zur Aufgabe gemacht von klein auf den Sport mit an die Hand zu geben und für jede Altersklasse Sportangebote zu entwickeln damit die gesellschaftliche Gesundheit aufrecht erhalten wird.

Wichtig ist uns dabei vor allem die Vielfältigkeit in unseren Sportangeboten um für jeden etwas ansprechendes anbieten zu können.

Durch unsere Reha-Sport Kurse möchten wir zeigen dass auch mit gesundheitliches Heruasforderungen Sport und vor allem der Spaß daran möglich und gesundheitsfördernt sind.

Ob im Wasser oder auf dem Trockenen, bei uns ist für jeden etwas dabei.

Wir freuen uns auf euch:)

#tuserleben

**Hier geht es zur Kursübersicht**

#tus59dawillichhin

# **Auf einem Blick:** unsere Reha-Sport Angebote im Wasser und an Land

## Reha-Aqua

| Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|
| 16.15-17.00Uhr<br>Frauen<br>LSB* Harkortschule<br>Nina | 11.00-11.45Uhr<br>LSB Maximare<br>Silke | 17.00-18.00Uhr<br>Sport Aquarium<br>Alexander | 16.00-16.45Uhr<br>Frauen<br>LSB Gebrüder-Grimm-Schule<br>Philipp |
| 17.05- 17.55Uhr<br>LSB Harkortschule<br>Nina | 12.00-12.45Uhr<br>LSB Maximare<br>Silke | 19.00-19.45Uhr<br>LSB Maximare<br>Dagmar | 17.30-18.15Uhr<br>LSB Anne-Frank-Schule<br>Philipp |
| 18.45-19.30Uhr<br>LSB Familienoase Heessen<br>Philipp | 16.00-16.45Uhr<br>LSB Gebrüder-Grimm-Schule<br>Anna-Lena/Anna | 20.00-20.45Uhr<br>LSB Maximare<br>Dagmar | 18.30-19.15Uhr<br>LSB Anne-Frank- Schule<br>Philipp |
| 19.00-19.45Uhr<br>LSB Maximare<br>Silke | 17.00-17.45Uhr<br>LSB Gebrüder-Grimm-Schule<br>Anna-Lena | | |
| 19.45-20.30Uhr<br>LSB Familienoase Heessen<br>Philipp | 18.00-18.45Uhr<br>LSB Gebrüder-Grimm Schule<br>Anna-Lena | | |
| 20.00- 20.45Uhr<br>LSB Maximare<br>Silke | 18.45-19.30Uhr<br>Maximare<br>Dagmar | Sport Aquarium:<br>Winterzeit: 17.00-18.00Uhr<br>Sommerzeit: 18.00-19.00Uhr | |
| | 19.45-20.30Uhr<br>Maximare<br>Dagmar | | |

*Lehrschwimmbecken

## Reha-Gymnastik

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|---|---|---|---|---|
| 16.15-17.00Uhr<br>Frauen<br>Sporthalle Overbergschule<br>Anja/Hannah | 9.30-10.15Uhr<br>Parkinson<br>Sportatrium<br>Nina und Luna | 16.15-17.00Uhr<br>Frauen<br>Sporthalle Talschule<br>Nina | 17.00-18.00Uhr<br>Gefäßsport<br>Gymnastikraum Friedensschule<br>Silke | 10.00-10.45Uhr<br>Frauen<br>Haus der Begegnung<br>Kerstin |
| 18.00-18.45Uhr<br>Männer<br>Sporthalle Overbergschule<br>Anna-Lena | 16.15-17.00Uhr<br>Frauen<br>Sporthalle Talschule<br>Diana | 17.10-17.55Uhr<br>MS und Schlaganfall<br>Sporthalle Talschule<br>Nina | | 11.00-11.45Uhr<br>Frauen<br>Haus der Begegnung<br>Kerstin |
| 19.30-20.15Uhr<br>Gymnastikraum Friedensschule<br>Werner | | | | 10.00-10.45Uhr<br>Seniorenheim St. Stephanus<br>Hannelore |

## Ihre 6 Schritte zum gesunden Lebensweg



**Arzttermin:** Verordnung (VO) für Rehasport besprechen



**VO prüfen:** Richtigkeit und Vollständigkeit überprüfen



**Krankenkasse informieren:** VO mitteilen, weitere Schritte erfragen




**Anmeldung:** auf unserer Website oder per Telefon



**Kursteilnahme:** Am Rehasport-Kurs teilnehmen und profitieren.



**Wichtig:** Dokumente aufbewahren ,bei Bedarf vorzeigen