

## WAS TUN WIR?

Speziell qualifizierte Übungsleiter führen die Gruppe und passen die Aktivitäten genau an die Teilnehmer an.

Unsere Gruppen bestehen aus maximal 15 Personen, so dass eine individuelle Betreuung möglich ist.

Für die Teilnahme an diesem Reha-Sport kann bei der Krankenkasse ein Antrag auf Kostenübernahme gestellt werden. Bei der Antragsstellung helfen wir Ihnen gerne.

Wenn Sie bei uns mitmachen wollen und noch weitere Fragen haben oder Hilfe brauchen, wenden Sie sich bitte an uns.

Wir sind immer für Sie da.  
Sprechen Sie uns an.

**Wir freuen uns, wenn Sie mit uns etwas für Ihre Gesundheit tun.**

## ANSPRECHPARTNER FÜR UNSERE GRUPPE

Cäcilie Schulte  
Im Hölken 4  
58675 Hemer  
Tel.: 0 23 72 - 1 60 88  
Fax: 0 23 72 - 62 89 35  
Mail: cubschultehe@web.de

Gertrud Bastisch  
Parkstraße 83  
58675 Hemer  
Tel.: 0 23 72 - 46 30

### **Unsere betreuenden Ärzte**

Gemeinschaftspraxis  
Dr. med Ulrich Fricke  
Maria Pollock  
Regina Chmielewski

Bahnhofstraße 15  
58675 Hemer

## WIR STELLEN UNS VOR



### **Reha – Sport und Funktionstraining**

anerkannt und zertifiziert

DBS-GEPRÜFT

durch

Deutscher Behindertensportverband/  
National Paralympic Committee Germany  
BS-Nordrhein-Westfalen

TV Hemer 1862 e.V.  
Nockenstraße 15  
58675 Hemer

## FÜR WAS STEHEN WIR?

Seit Anfang 2005 bietet der TV Hemer Menschen, die in ihrer Mobilität, Kraft und Ausdauer herabgesetzt sind, Übungs- und Bewegungsprogramme in einer Reha-Sportgruppe an.

Unsere Gruppenaktivitäten sind für Teilnehmer gedacht, die durch eine akute oder chronische Erkrankung des Bewegungsapparates in ihren Alltagskompetenzen eingeschränkt sind.

## FÜR WEN SIND WIR DA?

Besonders angesprochen werden Menschen mit:

- Morbus Bechterew
- Osteoporose
- Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen
- Rückenleiden
- Hüft- und Kniegelenksprothesen
- Rheumatischen Erkrankungen

**Mit Sport, Bewegung, Spiel und Entspannung wird gemeinsam den Beschwerden entgegengewirkt!**

## WAS BIETEN WIR AN?

Die Gruppe bietet zur Zeit folgende Programme an:

### **Sport, Gymnastik, Spiel und Entspannung**

Zeit: jeden Mittwoch  
von 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Ort: Sporthalle Felsenmeerschule  
Gustav Reinhard Straße 1  
58675 Hemer

### **Warm-Wassergymnastik (33°C)**

Zeit: jeden Donnerstag  
von 17.30 Uhr bis 18.00 Uhr  
von 18.30 Uhr bis 19.15 Uhr

Ort: AktiVita  
Am Papenbusch 32  
58708 Menden