

Rehasport bei inneren Erkrankungen

Der Rehasport bietet Teilnehmern mit besonderen Beschwerden eine nachhaltige Möglichkeit zur aktiven und eigenverantwortlichen Besserung ihrer Problematik. Unsere Rehasport-Angebote sind anerkannte Rehabilitationssportgruppen mit Betreuung durch besonders qualifizierte und erfahrene Übungsleiter und Ärzte. Mit einer ärztlichen Verordnung übernimmt die Kosten der Maßnahme i.d.R. die Krankenkasse oder die Deutsche Rentenversicherung. Ein Einstieg als Mitglied im Bramfelder Sportverein ist auf freiwilliger Basis jederzeit möglich und erwünscht. **Bei den ambulanten Herzgruppen und der Therapiegruppe ist immer ein Arzt anwesend, die Lungen-, Diabetes- und die orthopädischen Rehagruppen werden ärztlich beraten.**

Ambulante Herzgruppen +++ Sprechstunde: Dienstag und Donnerstag 17:30 – 18:30 Uhr, Turnhalle Hegholt 44

Dienstag	17:30 – 18:15	75 Watt (Lunge)	Hegholt 44	EM
Dienstag	18:15 – 19:15	75 Watt	Hegholt 44	EM
Mittwoch	17:00 – 18:00	50 Watt	Hegholt 44	EM
Mittwoch	18:00 – 19:00	75 Watt	Hegholt 44	EM
Donnerstag	17:00 – 18:00	50 Watt	Hegholt 44 (kleine Halle)	KH
Donnerstag	19:00 – 20:00	75 Watt	Hegholt 44	EM

Lungensportgruppen +++ Sprechstunde: Dienstag 16:00 – 17:00 Uhr, Tel: 63 64 72 35 im GESundFIT

Dienstag	15:00 – 15:45	<i>nur mit Anmeldung</i>	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Mittwoch	13:45 – 14:30	<i>nur mit Anmeldung</i>	Ellernreihe 88	PL
Donnerstag	18:00 – 19:00		Hegholt 44	EM

Therapiegruppe +++ bei Gelenkerkrankungen, Krebs, Schlaganfall, Mehrfacherkrankungen u.a.

Donnerstag	17:00 – 18:00		Hegholt 44	EM
------------	---------------	--	------------	----

+ Sport für Blinde und Sehbehinderte +++ ohne ärztliche Verordnung / keine Abrechnung mit KK möglich

Montag	16:00 – 17:00	Borgweg 17 a	Derzeit nicht
-------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------

Sportstätten:

Hegholt 44: Sporthalle Ganztagschule Hegholt | Borgweg 17 a: Turnhalle der Blindenschule
Ellernreihe 88: BSV-Zentrum | Erich-Ziegel-Ring 44: GESundFIT Fitness-Studio des BSV

Spartenleiterin:

*Elke Meins, **Geschäftsstelle 040 – 641 41 44***

(Tel privat nur im Notfall: 642 66 51, E-Mail: torstenmeins@aol.com)



Orthopädischer Rehasport im GESundFIT

Der Rehasport bietet Teilnehmern mit besonderen Beschwerden eine nachhaltige Möglichkeit zur **aktiven und eigenverantwortlichen** Besserung ihrer Problematik.

Unsere Rehasport-Angebote sind **anerkannte Rehabilitationssportgruppen** mit Betreuung durch besonders qualifizierte und erfahrene Übungsleiter und Ärzte. Mit einer ärztlichen Verordnung übernimmt die Kosten der Maßnahme i.d.R. die Krankenkasse oder die Deutsche Rentenversicherung. Ein Einstieg als Mitglied im Bramfelder Sportverein ist auf freiwilliger Basis jederzeit möglich und erwünscht. **Die orthopädischen Rehasportgruppen werden ärztlich beraten.**

Orthopädische Rehagruppen +++ Sprechstunde: Dienstag 9:15 – 10:00 Uhr, Tel: 63 64 72 35 +++

Montag	08:15 – 09:00	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HK
Montag	12:00 – 12:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HK
Dienstag	08:15 – 09:00	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	KK
Mittwoch	14:45 – 15:30	Orthopädie	Ellernreihe 88	PL
Mittwoch	19:00 – 19:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	PL
Mittwoch	20:00 – 20:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	PL
Donnerstag	14:00 – 14:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Donnerstag	15:00 – 15:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Freitag	12:00 – 12:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Freitag	19:00 – 19:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	KR

Information und Anmeldung für orthopädische Rehasportgruppen

ausschließlich unter Tel: 040 – 63 64 72 35

Bitte melden Sie sich unbedingt an, da wir eine **persönliche Gruppenzuordnung** vornehmen. Derzeit gibt es eine **WARTELISTE für die orthopädischen Gruppen**. Die **offene Sprechstunde** zur Beratung zum Rehasport findet jeweils **Dienstag um 9:15 - 10:00 Uhr** im Fitness-Studio GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg, statt.

Auch ohne ärztliche Verordnung können Sie mit einer freiwilligen Mitgliedschaft im Bramfelder Sportverein sportlich aktiv werden oder bleiben.

... Wir freuen uns auf Sie!



Rehasport bei inneren Erkrankungen

Der Rehasport bietet Teilnehmern mit besonderen Beschwerden eine nachhaltige Möglichkeit zur aktiven und eigenverantwortlichen Besserung ihrer Problematik. Unsere Rehasport-Angebote sind anerkannte Rehabilitationssportgruppen mit Betreuung durch besonders qualifizierte und erfahrene Übungsleiter und Ärzte. Mit einer ärztlichen Verordnung übernimmt die Kosten der Maßnahme i.d.R. die Krankenkasse oder die Deutsche Rentenversicherung. Ein Einstieg als Mitglied im Bramfelder Sportverein ist auf freiwilliger Basis jederzeit möglich und erwünscht. **Bei den ambulanten Herzgruppen und der Therapiegruppe ist immer ein Arzt anwesend, die Lungen-, Diabetes- und die orthopädischen Rehagruppen werden ärztlich beraten.**

Ambulante Herzgruppen +++ Sprechstunde: Dienstag und Donnerstag 17:30 – 18:30 Uhr, Turnhalle Hegholt 44

Dienstag	17:30 – 18:15	75 Watt (Lunge)	Hegholt 44	EM
Dienstag	18:15 – 19:15	75 Watt	Hegholt 44	EM
Mittwoch	17:00 – 18:00	50 Watt	Hegholt 44	EM
Mittwoch	18:00 – 19:00	75 Watt	Hegholt 44	EM
Donnerstag	17:00 – 18:00	50 Watt	Hegholt 44 (kleine Halle)	KH
Donnerstag	19:00 – 20:00	75 Watt	Hegholt 44	EM

Lungensportgruppen +++ Sprechstunde: Dienstag 16:00 – 17:00 Uhr, Tel: 63 64 72 35 im GESundFIT

Dienstag	15:00 – 15:45	<i>nur mit Anmeldung</i>	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Mittwoch	13:45 – 14:30	<i>nur mit Anmeldung</i>	Ellernreihe 88	PL
Donnerstag	18:00 – 19:00		Hegholt 44	EM

Therapiegruppe +++ bei Gelenkerkrankungen, Krebs, Schlaganfall, Mehrfacherkrankungen u.a.

Donnerstag	17:00 – 18:00		Hegholt 44	EM
------------	---------------	--	------------	----

+ Sport für Blinde und Sehbehinderte +++ ohne ärztliche Verordnung / keine Abrechnung mit KK möglich

Montag	16:00 – 17:00	Borgweg 17 a	Derzeit nicht
-------------------	--------------------------	-------------------------	--------------------------

Sportstätten:

Hegholt 44: Sporthalle Ganztagschule Hegholt | Borgweg 17 a: Turnhalle der Blindenschule
Ellernreihe 88: BSV-Zentrum | Erich-Ziegel-Ring 44: GESundFIT Fitness-Studio des BSV

Spartenleiterin:

*Elke Meins, **Geschäftsstelle 040 – 641 41 44***

(Tel privat nur im Notfall: 642 66 51, E-Mail: torstenmeins@aol.com)



Orthopädischer Rehasport im GESundFIT

Der Rehasport bietet Teilnehmern mit besonderen Beschwerden eine nachhaltige Möglichkeit zur **aktiven und eigenverantwortlichen** Besserung ihrer Problematik.

Unsere Rehasport-Angebote sind **anerkannte Rehabilitationssportgruppen** mit Betreuung durch besonders qualifizierte und erfahrene Übungsleiter und Ärzte. Mit einer ärztlichen Verordnung übernimmt die Kosten der Maßnahme i.d.R. die Krankenkasse oder die Deutsche Rentenversicherung. Ein Einstieg als Mitglied im Bramfelder Sportverein ist auf freiwilliger Basis jederzeit möglich und erwünscht. **Die orthopädischen Rehasportgruppen werden ärztlich beraten.**

Orthopädische Rehagruppen +++ Sprechstunde: Dienstag 9:15 – 10:00 Uhr, Tel: 63 64 72 35 +++

Montag	08:15 – 09:00	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HK
Montag	12:00 – 12:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HK
Dienstag	08:15 – 09:00	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	KK
Mittwoch	14:45 – 15:30	Orthopädie	Ellernreihe 88	PL
Mittwoch	19:00 – 19:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	PL
Mittwoch	20:00 – 20:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	PL
Donnerstag	14:00 – 14:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Donnerstag	15:00 – 15:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Freitag	12:00 – 12:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	HH
Freitag	19:00 – 19:45	Orthopädie	Erich-Ziegel-Ring 44	KR

Information und Anmeldung für orthopädische Rehasportgruppen

ausschließlich unter Tel: 040 – 63 64 72 35

Bitte melden Sie sich unbedingt an, da wir eine **persönliche Gruppenzuordnung** vornehmen. Derzeit gibt es eine **WARTELISTE für die orthopädischen Gruppen**. Die **offene Sprechstunde** zur Beratung zum Rehasport findet jeweils **Dienstag um 9:15 - 10:00 Uhr** im Fitness-Studio GESundFIT, Erich-Ziegel-Ring 44, 22309 Hamburg, statt.

Auch ohne ärztliche Verordnung können Sie mit einer freiwilligen Mitgliedschaft im Bramfelder Sportverein sportlich aktiv werden oder bleiben.

... Wir freuen uns auf Sie!

