

Was müssen Sie tun?



1. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ärztin. Wenn der Arzt einverstanden ist, füllt er mit Ihnen einen Antrag aus: Der Antrag heißt Formular 56.
2. Die Kranken-Kasse muss prüfen, ob sie die Kosten bezahlen darf.
3. Wenn die Kranken-Kasse einverstanden ist, können Sie Reha-Sport machen. Den Reha-Sport bezahlt dann die Kranken-Kasse.

Die Reha-Sport Gruppen des GSV Ansbach e. V. treffen sich in den Räumlichkeiten der Fitness- und Gesundheitszentren Fit&Fun in **Ansbach, Herrieden** und **Leutershausen**. Vereinbaren Sie Ihren Beratungstermin direkt vor Ort, unter:

- Ansbach: ☎ **0981-17730**
Herrieden: ☎ **09825-203427**
Leutershausen: ☎ **09823-9241196**

Hier finden Sie Ihre Reha-Sport-Gruppe!

Beim GSV Ansbach finden Sie derzeit ca. 20 Reha-Sport Gruppen, verteilt auf unsere Standort in **Ansbach, Herrieden** und **Leutershausen**.

In einem persönlichen Gespräch finden wir sicher auch für Sie die passende Gruppe.

Wir beraten Sie gerne.



GSV

*Gesundheits-Sportverein
Ansbach e. V.*
Endresstr. 46
91522 Ansbach

Telefon 0981-17730

In Kooperation mit dem:



Ansbach
Endresstraße 46
0981-1 77 30

Herrieden
Marktplatz 13
09825 - 20 34 27

Leutershausen
Obere Vorstadt 3
09823 - 92 41 196



Deutscher Behindertensportverband e.V.
National Paralympic Committee Germany

Sport-Entwicklung

Der Weg zum Reha-Sport

Eine Information für Patientinnen und Patienten und ihre Angehörigen

Ein Rat-Geber in Leichter Sprache



1. Auflage:
Stand: April 2012

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Rehabilitations-Sport

**Sehr geehrte Patientin,
Sehr geehrter Patient,**

in diesem Heft steht,
was Reha-Sport ist
und wofür Reha-Sport gut ist.

Reha-Sport ist gut für Ihre Gesundheit.
Er hilft, dass es Ihnen besser geht.
Beim Reha-Sport treffen Sie
andere Menschen.
Sie bewegen sich, Sie machen Sport
und Sie spielen zusammen.

Reha-Sport ist
für Menschen mit Behinderung
oder mit Krankheit.

Er ist auch für Menschen,
die vielleicht eine Behinderung
bekommen.

In den Gruppen arbeiten Ärzte und
Übungs-Leiter.



Ziele vom Reha-Sport

Sie bekommen mehr Kraft
und halten länger durch.

Sie können sich besser bewegen.
Sie bekommen ein besseres Gefühl
für Ihren Körper.



Sie werden selbstbewusster.
Das ist besonders wichtig
für Mädchen und Frauen
mit Behinderung.

Wichtig ist:

Die Ziele vom Reha-Sport sollen
erreicht werden.

**Was machen Sie
beim Reha-Sport?**



Sie treffen dort andere Menschen.
Die anderen haben auch
eine Behinderung.

Sie machen zusammen Reha-Sport.
Und Sie können über Ihre
Erfahrungen reden.

Wie groß sind die Gruppen?

In den Gruppen sind meistens
nicht mehr als 15 Menschen.
Die Gruppen machen
45 Minuten oder länger Reha-Sport.

Wie lange können Sie Reha-Sport machen?

Der Arzt entscheidet, wie oft
Sie Reha-Sport machen können.
Und wie lange Sie Reha-Sport
machen können.

Dabei hält der Arzt sich
an die Regeln vom Reha-Sport.