



Rehasport

Herzsport und
allgemeiner Rehasport

im SC DJK
Everswinkel

www.sc-djk-everswinkel.de

Allgemeiner Rehasport

Ziel des Rehabilitationssports ist es, durch Bewegung die individuelle Ausdauer, Kraft und Koordination zu verbessern.

Geleitet durch die qualifizierte Physiotherapeutin Vanessa Hoyer (Inhaberin PhysioPlus Wessels), wird gemeinsam in der Gruppe die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit gestärkt und die Motivation zum langfristigen Sporttreiben gezielt gefördert.



Der SC DJK und Vanessa Hoyer begleiten Sie in Ihrem Rehabilitationsprozess und geben Ihnen eine neue sportliche Heimat.

Die positiven Auswirkungen von Rehasport sind weithin unbestritten: Alltagsbeschwerden werden vermindert und krankheitsbedingten Folgeschäden kann entgegengewirkt werden. Das Risiko von Folgeerkrankungen sinkt.



Beginn:
12. Januar
2017

Ansprechpartnerin: Vanessa Hoyer, Tel. 025 26/93 72 02
oder die Geschäftsstelle des SC DJK Everswinkel

Termine: Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr und
Donnerstag 18.00 - 19.00 Uhr

Ort: Turnhalle der Verbundschule

Herzsport-Gruppen

Das Angebot der Herzsport-Gruppe richtet sich als koronare Rehabilitation vorwiegend an Personen, die einen Herzinfarkt hatten oder einen Bypass erhalten haben. Auch Menschen mit sonstigen Herz-Kreislauf-Beschwerden sind herzlich willkommen.

Bei ärztlicher Verordnung werden die Kosten über die Krankenkasse abgerechnet.

Verantwortlich ist Hubert Kick, Übungsleiter mit Sonderlizenz für Koronarsport.

Jede Übungsstunde findet unter ärztlicher Aufsicht statt.



Ansprechpartner: Hubert Kick, Tel. 02504/729445
oder die Geschäftsstelle des SC DJK Everswinkel

Termine: Mittwoch 18.00 - 19.00 Uhr und
Mittwoch 19.00 - 20.00 Uhr

Ort: Turnhalle der Verbundschule

Partner des SC DJK Everswinkel

Physio+Plus Wessels

Karl-Wagenfeld-Straße 18
48324 Sendenhorst

Tel. 025 26/93 72 02
Fax 025 26/93 78 21 83

info@physiopluswessels.de



Vor der Anmeldung zum allgemeinen Rehasport und zur Herzsportgruppe ist ein Beratungsgespräch in der Geschäftsstelle des SC DJK Everswinkel erforderlich.

Weitere Informationen zu diesen oder anderen Angeboten des Vereins, wie z. B. Rückengymnastik, Pilates, Seniorensport usw., erhalten Sie ebenfalls in der Geschäftsstelle des SC DJK Everswinkel.



SC DJK Everswinkel e.V.
Geschäftsstelle
Vitus Sportcenter
Alverskirchener Str. 25
48351 Everswinkel

Telefon/Telefax: 02582/8642
E-Mail: info@scdjk.de

Öffnungszeiten
Montag: 17:00 - 18:30 Uhr
Donnerstag: 16:00 - 17:30 Uhr

