

## Kontakt + Anfahrt



therapie centrum Rosenheim  
Panorama Gesundheitszentrum  
Happinger- Str. 98  
83026 Rosenheim

Tel: +49 08031 609100  
Email: [info@tc-rosenheim.de](mailto:info@tc-rosenheim.de)  
Web: [www.tc-rosenheim.de](http://www.tc-rosenheim.de)



# therapie centrum

ROSENHEIM



## Rehabilitationssport

 Physiotherapie

 Logopädie

 Ergotherapie

 Physiotherapie

 Logopädie

 Ergotherapie

# Rehabilitationssport

## Was ist der Rehabilitationssport?

Rehabilitationssport, kurz RehaSport, wirkt mit den Mitteln des Sportes auf Menschen mit oder mit drohender Behinderung ein. Das Ziel ist es, die Betroffenen auf Dauer in das Arbeitsleben und in die Gesellschaft einzugliedern, indem der Allgemeinzustand der Teilnehmer signifikant gesteigert wird! In Rosenheim sind wir Ihr Experte und exklusiver Anbieter für RehaSport und haben für Sie im Jahr 2014 den Rehasportverein Rosenheim gegründet!

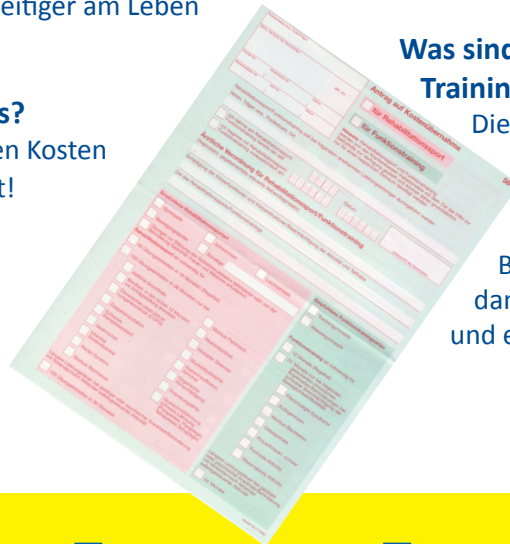


## Was sind die Ziele?

Verschiedene koordinative und konditionelle Eigenschaften werden trainiert. Koordinationsübungen sowie die Verbesserung der Flexibilität sind wichtig, auf der anderen Seite wird die Ausdauer und Kraft trainiert! Sie werden wieder aktiver und vielseitiger am Leben teilnehmen können.

## Wie sieht die Verordnung aus?

Es entstehen Ihnen keine eigenen Kosten mit einer Verordnung RehaSport!



## Gerätetraining

Sie wollen etwas für Ihre Gesundheit tun, bekommen aber keine Verordnung! Kein Problem – kommen Sie zu unserem 10erMTT – Gerätetraining und lassen Sie sich von einem Physiotherapeuten ein maßgeschneidertes Trainingsprogramm erstellen. Diese 10 Termine nehmen Sie wahr, wann immer Sie möchten – ohne Verfallsdatum und monatliche Gebühren!

## Wie ist der Ablauf?

In der ersten Trainingseinheit begleitet Sie ein Therapeut und erstellt mit Ihnen zusammen einen individuellen Trainings- und Gymnastikplan. In den folgenden 9 Terminen üben Sie nach dieser Empfehlung selbstverantwortlich. Sie sind aber trotzdem immer umgeben von aufmerksamen Physiotherapeuten, die gerne für Fragen zur Seite stehen und bei Fehlern schnelle Hilfe und Korrekturen anbieten!

## Was sind die Vorteile eines gerätegestützten Trainings?

Die Verletzungsgefahr ist deutlich reduziert durch vorgegebene Bewegungsbahnen. Außerdem sind die Bewegungsabläufe vereinfacht und es können Bewegungen präzise ausgeführt werden, damit wird der Trainingsprozess optimiert und es kann sehr gezielt trainiert werden!