

Unser Reha-Programm



Herzsport

Mittwoch	17.45 - 18.45 Turnhalle Kreideberg	Alexandra Baden
	18.45 - 19.45 Turnhalle Kreideberg	Alexandra Baden

Gefäßtraining

Freitag	09.15 - 10.15 Studioraum	Meike Krüger
---------	--------------------------	--------------

Nachsorge bei Brustkrebs

Montag	15.00 - 16.00 Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens
	16.00 - 17.00 Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens

Walken (ab 10.04.2018)

Dienstag	17.15 - 18.15 Terrasse Vital	Andrea Griebel
----------	------------------------------	----------------

Hocker – Gymnastik

Mittwoch	16.00 - 17.00 Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens
----------	--------------------------------------	----------------

Gymnastik (Orthopädie)

Montag	11.00 - 12.00 Studioraum	Andrea Griebel
	12.00 - 13.00 Studioraum	Andrea Griebel
	14.00 - 15.00 Sportzentrum Sültenweg	Renate Martens
	19.00 - 20.00 Halle 5 Oedeme	Sabine Knochenhauer
	20.00 - 21.00 Sportzentrum Sültenweg	Katrin Pope
Dienstag	16.15 - 17.15 Studioraum	Stefan Wissinger
Mittwoch	09.00 - 10.00 Sportzentrum Sültenweg	Andrea Griebel
	10.45 - 11.45 Studioraum	Meike Krüger
	17.00 - 18.00 Studioraum	Regina Schröder
	18.00 - 19.00 Studioraum	Regina Schröder
	20.15 - 21.15 Sportzentrum Sültenweg	Katrin Pope
Donnerstag	10.45-11.45 Uhr Sportzentrum Sültenweg	Nicole Ammann
	11.00 - 12.00 Studioraum	Angela Haase
	12.00 - 13.00 Studioraum	Angela Haase
	16.00 - 17.00 Studioraum	Andrea Griebel
	17.00 - 18.00 Studioraum	Andrea Griebel
Freitag	10.15 - 11.15 Studioraum	Meike Krüger
	11.15 - 12.15 Studioraum	Meike Krüger

Wassergymnastik (mit Warteliste)

Montag	Oedeme Bad	Kerstin Zeus-Dittmer
Mittwoch	Oedeme Bad	Stefan Wissinger
Donnerstag	Oedeme Bad	Stefan Wissinger
Freitag	Oedeme Bad	Stefan Wissinger

Herzlich willkommen beim VfL Lüneburg e. V.



Sehr geehrte Sportler,

- Sie haben eine Verordnung von Ihrem Arzt erhalten. Diese ist nur gültig mit Stempel und Unterschrift von Arzt und Krankenkasse.
- Die Kosten für die Teilnahme am Reha-Sport trägt Ihre Krankenkasse. Haben Sie Interesse an weiteren Gesundheitsangeboten des VfL, so können Sie Mitglied werden und das gesamte Angebot des Vereins nutzen.
- Um Sie einer entsprechenden Reha-Gruppe zuzuordnen, die Ihrer Diagnose und Ihrem Zeitplan entspricht, werden Sie mit Ihrer Verordnung im Vital-Studio des VfL zu folgenden Zeiten vorstellig:

Montag bis Freitag 08.30 – 12.30 Uhr

Montag und Dienstag 17.00 - 21.00 Uhr

Telefon 0 41 31 / 74 90 - 30

- Nach Zuordnung starten Sie mit entsprechender Sportbekleidung,-schuhen, Handtuch, Getränk in Ihrer Gruppe und nehmen wöchentlich teil.
- Eine Kopie der Verordnung händigen Sie der Sportlehrkraft aus (das Original bleibt zur Abrechnung im Vital-Studio). Jede Teilnahme bestätigen Sie mit Ihrer Unterschrift.
- Die Teilnahme am Reha-Sport außerhalb des verordneten Zeitraums oder häufiger als verordnet, stellen wir Ihnen gegebenenfalls in Rechnung!
- Nach Ablauf der Verordnung haben Sie die Möglichkeit, dem VfL beizutreten, um Ihrer Gesundheit weiterhin Gutes zu tun.

Turnhalle Kreideberg	Ostpreußenring 125	Studioraum	Am Grasweg 27
		Seminarraum	Am Grasweg 27
Sportzentrum Sültenweg	Sültenweg 20	Terrasse Vital	Am Grasweg 27
Halle 5 Oedeme	Oedemer Weg 77	Oedeme Bad	Oedemer Weg 94

Wir wünschen viel Spaß und noch mehr Erfolg!

Ihr Reha-Team vom VfL Lüneburg e.V.