- Alle Reha-Sport-Kurse in der VT Kempen werden von ausgebildeten und erfahrenen Übungsleitern angeboten. Alle haben das Reha-Trainer-Zertifikat.
- Eine Teilnahme erfolgt nach ärztlicher Verordnung – fragen Sie Ihren Hausarzt! Dort gibt es auch die Anmelde-Muster.
- Die Kurse finden in kleinen Gruppen statt (Herz max. 20 Teilnehmer*innen, alle anderen max. 15 Teilnehmer*innen)
- Anmeldung/Info über die VT-Geschäftsstelle
- Die Herzkurse finden in der Halle Bongert, alle anderen Kurse im Vereinsheim in Schmalbroich statt.
- Für alle Reha-Sport-Angebote in der VT gilt: Der Spaß sollte nicht zu kurz kommen!

Orthopädie

Das Reha-Sport-Angebot „Orthopädie“ richtet sich an Menschen, die Probleme haben z.B. in den Bereichen Wirbelsäule, Osteoporose, Arthrose, Skoliose oder Morbus Scheuermann. Durch das Angebot verbessert sich das allgemeine Wohlbefinden. Die Patienten lernen, nach Hüft- und Knieoperationen Anforderungen und Einschränkungen im Alltag und Beruf zu bewältigen.

Neben der sportlichen, sozialen und pädagogischen Komponente soll der Reha-Sport Hilfe zur Selbsthilfe sein und die eigene Verantwortung des Betroffenen stärken.

Krebsnachsorge

In den Kursen der VT wird differenziert nach Frauen mit Brustkrebs-Diagnose und sonstigen onkologischen Befunden. Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass Sport bei einer Krebserkrankung helfen kann, das Wohlbefinden zu fördern, Ängste abzubauen, depressive Verstimmungen zu vermeiden und das Erschöpfungssyndrom (Fatigue), unter dem viele Patienten leiden, zu mindern.

Krebspatienten profitieren in fast jeder Krankheitssituation davon, körperlich aktiv zu sein oder sich sportlich zu betätigen

Neurologie

Das Angebot richtet sich an Patienten, die beispielsweise einen Schlaganfall erlitten haben oder unter Parkinson oder Multiple Sklerose leiden. Im Rehasport wird ohne Leistungsdruck und Überforderung spielerisch daran gearbeitet, die normale Bewegungsfunktion wiederzuerlangen. Der Patient bekommt Symptome wie Lähmungen, Gleichgewichtsstörungen oder Schmerzen besser in den Griff.

Herzsport

Rehabilitationssport in einer Herzgruppe wirkt mit den Mitteln des Sports. Dazu gehören Gymnastik, Ausdauertraining, Entspannungsübungen und Bewegungsspiele. Ziel ist es, die Ausdauer und Kraft zu stärken, die Koordination und Flexibilität zu verbessern, das Selbstbewusstsein zu fördern und Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten.

In einer Herzsportgruppe ist ständig ein betreuender Arzt anwesend.

Vereinigte Turnerschaft Kempen 1859 e.V.

Geschäftsstelle:
Görtschesweg 5
47906 Kempen
Tel. 02152/894597-0
Fax 02152/894597-19
E-Mail info@vt-kempen.de

Öffnungszeiten:
Mo.+Mi. 17-19 Uhr
Di.+Do. 10-12 Uhr

Vereinsangebot:

Eltern/Kind-Turnen | Feldenkrais | Ferienfreizeit Bensersiel | Fitnessgymnastik | Funktionsgymnastik | Frauengymnastik | Gerätturnen Handball | Karate | Kinderturnen | Lauftreff Leichtathletik | Pilates* | Prävention und Gesundheitssport | Rehasport | Relax | Rückenschule | Seniorengymnastik | Sportabzeichen Taekwondo | Tai Chi* | Triathlon | Volleyball Wirbelsäulengymnastik | Yoga

* werden nur bei Bedarf angeboten

www.vt-kempen.de

VT-Reha/2/2019

Zusammen für mehr.

Mit unserer Unterstützung.

www.stadtwerke-kempen.de

Stadtwerke Kempen

Mein starker Verein

VT 1859 KEMPEN

REHA SPORT

Steigerung von Gesundheit & Wohlbefinden