



Der TuS Lotte e.V. bietet an:

**Rehasport für
Wirbelsäulenerkrankungen,
Gelenkerkrankungen
und Gelenkersatz**

Rückenschmerzen und viele andere orthopädische Einschränkungen sind oft Grund genug, selber aktiv zu werden, um seine körperliche Konstitution zu verbessern bzw. zu erhalten.

Aktiv werden können Sie in unserer REHA-Sportgruppe mit Schwerpunkt auf Erkrankungen des Bewegungsapparates, wie Wirbelsäulen- und Gelenkerkrankungen und bei Gelenkersatz.

Unser Reha-Sportangebot ist ein Langzeitangebot, so dass Ihnen ein Einstieg in das bestehende Angebot immer möglich ist.

Die für den Reha-Sport erforderliche Verordnung zur Vorlage bei Ihrer Krankenkasse erhalten Sie bei Ihrem Hausarzt!

Tag: Mittwochs 09.30 - 10.30 Uhr
Ort : Gymnastikhalle an der Jahnstraße
(SolarTechnics-Arena / Lotte)

**Leitung und Ansprechpartnerin für
weitere Informationen:**

Physiotherapeutin
Ute Kemper
Tel. 0 54 56 / 238

TuS Lotte e.V.

Rehasport wirkt ganzheitlich durch Übungen in kleinen Gruppen, was eine intensive Betreuung des Einzelnen gewährleistet!

Unser Ziel ist es:

- muskuläre Verspannungen auszugleichen
- Ausdauer und Kraft zu stärken
- Koordination und Flexibilität zu verbessern, um somit Hilfe zur Selbsthilfe anzubieten



Tag: Mittwochs 09.30 - 10.30 Uhr
Ort : Gymnastikhalle an der Jahnstraße
(SolarTechnics-Arena / Lotte)

Wir freuen uns auf Sie!
www.tus-lotte.de

