

... im Sportverein beim Lubinus Clinicum!

Sie haben die Möglichkeit, Therapien fortzuführen, medizinisches Gesundheitstraining zu betreiben oder verschiedene Sportangebote zu nutzen.

Darüber hinaus bieten wir Rehasport an, so dass Sie mit Verordnungen von Ihrem Arzt zu uns kommen können.

Wir verfügen über ein breites Angebot und viele Möglichkeiten auf dem Gelände des Lubinus Clinicums.

Wir beraten Sie gern, welches unserer Angebote optimal zu Ihnen und Ihren Zielen passt.

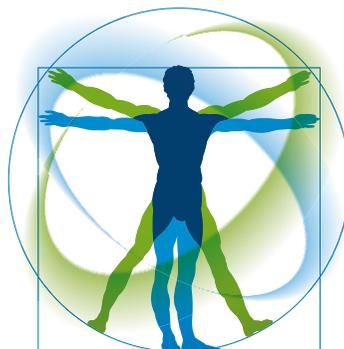
Kommen Sie gern vorbei!
Ihr Team des SGR Lubinus e.V.

Sportangebote

- Antara
- Faszientraining
- Kraft Plus
- Pilates
- Psychomotorisches Turnen (Kinder)
- Rehasport-Kurs
- Wassergymnastik
- Wirbelsäulengymnastik
- Workout Ü40
- Yoga
- Zirkeltraining

Ziele:

- Freude an gemeinsamer Bewegung
- Schulung von Kraft und Ausdauer
- Verbesserung der Koordination
- Information und Aufklärung
- Verringerung von Beschwerden
- Mobilitätsverbesserung
- Kennenlernen neuer Sport- und Bewegungsformen



Was ist Rehasport?

Rehasport ist eine gesetzlich definierte und kostenfreie Leistung für Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen, die von einem Arzt verschrieben werden muss und in der Regel über 50 Einheiten (innerhalb von 18 Monaten) läuft.

Wir bieten Rehasport in der Halle (Gymnastik) und im Bewegungsbad (Schwimmen/Gymnastik) an.

Alle Kurse werden von speziell zertifizierten Rehasport-Übungsleitern geleitet.

