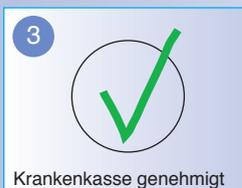


Sie möchten die vielversprechenden Möglichkeiten des Reha-Sports nutzen?  
Das ist zu tun:

- 1) Sie benötigen von Ihrem Arzt eine Reha-Verordnung
- 2) Lassen Sie die Verordnung von Ihrem Versicherungsträger - in der Regel Ihre Krankenkasse bewilligen (Besuch vor Ort nötig).
- 3) Vereinbaren Sie einen Termin beim REHASport-Herzogenaurach e.V. (beneVital Fitness- und Gesundheitspark), Schützengraben 20 in 91074 Herzogenaurach

Telefonisch erreichbar unter 09132/ 6500  
Per mail erreichbar unter: [benevital@web.de](mailto:benevital@web.de)

In 4 Schritten zu uns - ganz einfach



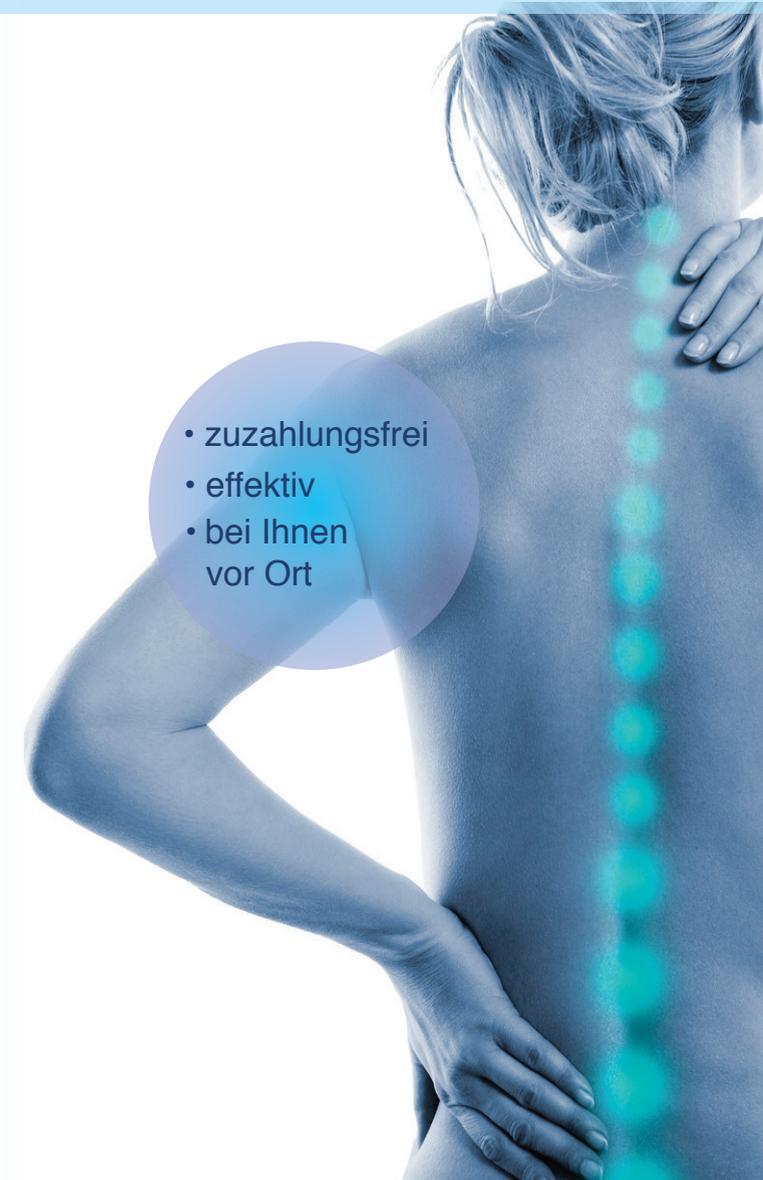
ist Standortpartner von

REHASport Herzogenaurach e.V.  
fit & gesund

Schützengraben 20 • 91074 Herzogenaurach  
weitere infos unter : 09132 / 6500 oder  
[www.benevitalgesundheitspark.de](http://www.benevitalgesundheitspark.de)

Unsere Öffnungszeiten :

Mo., Mi. & Do. : 09:00 - 13:00 Uhr und  
14:00 - 22:00 Uhr  
Dienstag : 09:00 - 22:00 Uhr  
Freitag : 09:00 - 21:30 Uhr  
Samstag : 12:30 - 18:30 Uhr  
Sonntag : 09:00 - 14:30 Uhr



## Rehabilitationssport – kostenlos für jede(n)!

Sie haben Rücken-oder Gelenksbeschwerden, Inkontinenz, Osteoporose, Übergewicht oder leiden an einer Krebserkrankung?

Bringen Sie Bewegung in Ihren Alltag!

Unter optimaler Betreuung durch einen unserer DiplomSportwissenschaftler der Universität Erlangen, optimal dosiert- ohne Überlastung!

Bewegungsmangel ist eine häufige Ursache für körperliche Beschwerden.

Deshalb gibt es jetzt „Sport auf Rezept“.

### Rückenschmerzen

Wir bekämpfen die Ursache und schaffen durch Kräftigung, Entspannung und bessere Beweglichkeit dauerhafte Abhilfe.

### Übergewicht/ Adipositas

Entsteht durch falsche Ernährung und zu wenig Bewegung – wir helfen Ihnen, Ihr Leben bewegter zu machen und sich gesünder zu ernähren, damit Sie Ihr Wohlfühlgewicht erreichen und behalten.

### Osteoporose

Schützen Sie sich rechtzeitig vor und stärken Sie brüchige Knochen durch gezieltes Kraft-, Koordinations- und Ausdauertraining sowie reichhaltige Ernährung.

### Was ist Rehasport?

Rehasport ist ein Gruppentraining, das von qualifizierten Trainern durchgeführt wird, um bei Menschen vom Kindes- bis zum Rentenalter mit Beschwerden ein aktiveres Leben zu ermöglichen. Die zahlreichen positiven Wirkungen von Bewegung werden genutzt,

### Gelenkschmerzen/ Arthrose

Mit dem richtigen Training können auch Sie sich bald wieder schmerzfrei bewegen, denn Kraft-, Koordination und Beweglichkeit verbessern schützt die Gelenke.

### Inkontinenz

Die Muskeln des Beckenbodens müssen trainiert werden, um Ihre Stützfunktion wieder erfüllen zu können und ein einwandfreies Funktionieren der Blase zu gewährleisten.

### Krebserkrankungen

Mäßige sportliche Aktivität verbessert den Heilungsprozess und die Lebensqualität.



um chronische Krankheiten zu lindern und Therapieerfolge weiter zu führen. Auch nach Operationen, stationären RehaMaßnahmen oder krankengymnastischen und physiotherapeutischen Maßnahmen ist der Rehasport das Bindeglied zu einem beschwerdefreien Alltag.

## Rehasport

wird von Ihrem Arzt verordnet –

Jeder niedergelassene Arzt kann Rehasport verordnen. Die Verordnung nach § 44 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und ist somit budgetneutral für den Arzt.

Sprechen Sie den Arzt ihres Vertrauens einfach an- gerne stehen wir hier auch beratend zur Seite. Eine Verordnung können Sie gerne jederzeit von uns erhalten, um Sie von Ihrem Arzt ausfüllen zu lassen.

## Kostenübernahme zu 100%

durch die Krankenkassen. Die Leistungen des Rehasport-Herzogenaurach e.V. sind von allen Kostenträgern wie gesetzlichen Krankenkassen, gesetzlichen Unfallversicherungsträgern, Trägern der gesetzlichen Rentenversicherung und der Alterssicherung der Landwirte sowie den Trägern der Kriegsopferversorgung anerkannt und somit die Kostenübernahme gesichert.

## Hohe Qualität des Rehasport-Herzogenaurach e.V.

Unsere speziell für Reha-Sport ausgebildeten Übungsleiter stimmen Übungen, Art und Intensität gemeinsam mit Ihrem Arzt individuell auf Ihre körperlichen und gesundheitlichen Bedürfnisse ab. Die Qualität wird weiterhin durch den Behinderten-Sport-Verband sichergestellt.