

Gesundheitssport

Reha - Sport

Maike Lackner ☎ 01627153253

Sabine Laube ☎ 04461-84312

Reha - Sport im Wasser
-zurzeit nicht im Programm-

Maike Lackner ☎ 01627153253

Trainingsorte:

Turnhalle Grundschule Heidmühle
Heinrich-Tönjes-Str. 14
26419 Schortens



Geschäftsstelle und Postadresse

Heidmühler Fußballclub e.V.

Bahnhofstr. 23
26419 Schortens
Telefon: 04461 – 84656

Mitgliederbetreuung:

Tel.: 04461 - 986059

Fax: 04461 - 80913

Email: hfc-schortens@t-online.de

Internet: heidmuehlerfc-schortens.de

Geschäftsstelle - Öffnungszeiten:

Montag 16:00 – 18:00 Uhr

Dienstag bis Donnerstag

10:00 - 12:00 Uhr

**REHA - Sport
beim Heidmühler FC**

Dieses Angebot richtet sich an Teilnehmer mit:

- *Rückenproblemen*
- *Osteoporose*
- *Arthrose*
- *nach orthopädischen Operationen und erfolgter Reha*

Gehen Sie bitte zu Ihrer/m Haus- oder Fachärztin und fragen nach einer Verordnung für Rehasport Wirbelsäule.

Mit dieser Verordnung gehen Sie zu Ihrer Krankenkasse und lassen diese genehmigen.

Anschließend melden Sie sich bei den Übungsleiterinnen.

Trainingszeiten

Reha-Sport

Montag von 09:00 bis 10:00 Uhr

Mittwoch von 18:00 bis 19:00 Uhr

Reha Sport im Wasser

In Planung ab 2025

In diesem Gruppenangebot lernen Sie individuelle und schonende Übungen zur Gesunderhaltung.

Profitieren Sie vom vielfältigen Angebot eines großen Sportvereins und informieren Sie sich bei den ausgebildeten Übungsleiterinnen.

