



## 5 Schritte zum Rehasport-Training



**1**  
Arzt stellt  
Diagnose



**2** Antrag  
vorbereiten  
(Antrag 56)



**5**  
Termin im  
WelWel  
vereinbaren

**3**  
Antrag an  
Kostenträger  
schicken



**4**  
Antrag  
wird  
geprüft

## Ihr Partner für Reha- & Gesundheitssport: WelWel Döbeln



03431 625 625



fitness@welwel.de



Fichtestraße 10 | 04720 Döbeln



Mo | Mi | Fr 08.00 - 22.00  
Die | Do | Sa 14.00 - 22.00  
So 10.00 - 16.00

Öffnungszeiten gesamte Anlage



### WelWel Döbeln

Eine der ersten Adressen für Sport und Freizeit in der Region. Seit 2002 ist das WelWel Anziehungspunkt für tausende Döbelner und ihre Gäste. Egal, ob gemütliches Essen oder Bowling- bzw. Racketspielen, Gesundhalten mit dem Fitness- und Kursprogramm oder lieber Schwitzen in der Sauna, hier findet jeder seinen perfekten Ausgleich.



## REHASPORT IN DÖBELN

Leben ohne Rückenschmerzen, effektiv gegen das Übergewicht ankämpfen, Sportverletzungen richtig auskurieren und den Bandscheibenvorfall ganzheitlich lindern – mit **Rehasport im WelWel** können Sie diese Beschwerden mindern und sich wieder mit Freude bewegen.

Mehr Infos:  
[www.welwel.de/Reha](http://www.welwel.de/Reha)



## Rehasport im WelWel

Das Konzept des WelWel-Rehabilitationssports ist für orthopädische und onkologische Krankheiten bzw. Beschwerdebilder ausgelegt. Ähnlich, wie in einer Physiotherapie, finden die Übungseinheiten in Gruppen mit bis zu 15 Teilnehmern wöchentlich statt.

Durch Anleitung erfahrener und zertifizierter Übungsleiter werden Schwerpunkte wie koordinatives Training, Kräftigung und Beweglichkeitstraining geschult. Außerdem werden Gleichgewicht, Haltungs- und Bewegungsbewusstsein trainiert, was weiteren Verletzungen oder Schädigungen durch einseitige Belastungen vorzubeugen hilft.



## Kosten

Der Rehabilitationssport wird vom Arzt verordnet und die Krankenkasse zahlt zu 100% die Gesundheitskurse über 50 Trainingseinheiten im Jahr.

## Welche Krankenkassen fördern Rehasport?

Die gesetzliche Krankenkasse übernimmt grundsätzlich die Kosten. Bei Rentnern wird der Rehasport von der Rentenversicherung, bei Unfallgeschädigten von der Unfallversicherung getragen.

## Rundumsorgt im WelWel

- qualifizierte Übungsleiter
- große Kursräume
- geräumige Umkleiden mit Spinten
- nahe, ausreichende sowie kostenlose Parkplätze
- Nutzung der Duschen inklusive
- vergünstigte Sauna-Tageskarte
- vergünstigte Studionutzung

## Beschwerdebilder

- Amputationen
- Bandscheibenvorfall
- Bewegungsmangel
- Fehlbildungen
- Gelenkschäden
- Gelenkverschleiß
- Haltungsschäden
- Knochenbrüche
- Krebserkrankungen
- künstliche Gelenke
- Meniskusschaden
- Multiple Sklerose
- Muskelfaserriss
- Osteoporose
- Rheuma
- Rückenschmerzen
- Schulterengpasssyndrom
- Sehnenabriss
- Skoliose
- Tennisellenbogen
- Wirbelsäulenerkrankungen
- Übergewicht