

Rehasport



Ansprechpartner

Anne Fischer
Tel.: 0170 31 28 73 1
e-mail: anne.fischer@tgtraisa.de



HSH: Hans-Seely-Halle Traisa

HBRs

Die Abrechnung mit der
Krankenkasse erfolgt durch die
TG Traisa mit dem HBRs
(Hessischer Behinderten- und Rehabilitations-
sportverband)



Impressum

Turngemeinde 1879 Traisa e.V.
1. Vorsitzender Civito Carroccia
Ludwigstr. 134, 64367 Mühlthal
vorstand@tgtraisa.de

© Turngemeinde 1879 Traisa e.V. Angaben ohne Gewähr.
Herausgegeben im November 2025.

TGT - nicht besser - anders !

HERZ- und REHASPORT

2025/26

Wie
cool
ist das denn ?



Turngemeinde 1879 Traisa e.V.

Bei uns bewegt sich Mühlthal !



www.tgtraisa.de

REHABILITATIONSPORT

bietet Ihnen die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen durch Bewegung, Spiel und Sport ihre Bewegungsfähigkeit zu verbessern, den Verlauf von Krankheiten positiv zu beeinflussen und Alltagsbeschwerden zu vermindern.

Die Sportübungen werden in Kleingruppen unter fachkundiger Anleitung von lizenzierten Fach Übungsleitern/innen durchgeführt.

Kosten**REHASPORT**

wird vom Arzt verordnet und von der Krankenkasse zeitbegrenzt als Pflichtleistung gefördert und bezuschusst.

Eine Verordnung für Rehasport erhalten Sie bei Ihrem Hausarzt.

Die Verordnung muss vor Beginn der Teilnahme am Rehasport bei Ihrer Krankenkasse genehmigt werden.

Die Turngemeinde 1879 Traisa e.V. ist ein zertifizierter Leistungsanbieter für **Rehasport / Orthopädie**.

Vorrangiges Ziel des Rehabilitationsportes ist es, die eigene Gesundheit zu stärken und unter Anleitung regelmäßige Sportübungen zu absolvieren. Regelmäßig- und Langfristigkeit der sportlichen Betätigung, langfristige Steigerung der Belastung, Gruppendynamik sowie Steigerung der Lebensqualität sind weitere Ziele.

Verordnet wird der Rehasport bei:

- chronischen Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat
- Arthrose, z.B. Knie, Hüfte
- Rückenschmerzen, z.B. nach Bandscheibenvorfall, Wirbelblockaden und Ischialgien
- Beschwerden in Nacken, Schulter
- künstlichem Gelenkersatz
- Funktions- und Aktivitätseinschränkungen nach Verletzungen

ab 18 Jahre - Anmeldung erforderlich

Montag

Reha 2	11:15 - 12:15	HSH
Reha 8	14:00 - 15:00	HSH
Reha 9	15:00 - 16:00	HSH

Dienstag

Reha 3	17:30 - 18:30	HSH
--------	---------------	-----

Donnerstag

Herzsport 1	10:30 - 11:30	HSH
Reha 4 <small>(Senioren)</small>	11:00 - 12:00	HSH
Reha 5	12:00 - 13:00	HSH
Reha 6	17:30 - 18:30	BHT <small>(JR)</small>

Freitag

Reha 7	17:30 - 18:30	HSH
--------	---------------	-----

Wichtige Information:

Bitte fragen Sie bei Ihrer Anmeldung nach der Sportstätte, da einige Termine ev. auch im Bürgerhaus Traisa stattfinden.

Rufen Sie an !

Wir informieren Sie gerne.

Schon gewusst ?

Als aktives Mitglied können Sie für nur 15,50 Euro im Monat alle Sportangebote der Turngemeinde wahrnehmen. Bereits ab dem zweiten Familienmitglied zahlen Sie nur noch 14,50 Euro und ab dem vierten ist die Grundvereinsmitgliedschaft sogar absolut kostenfrei!

(Stand 5/2025)