

Unbefristete Aussetzung des Rehasportes

Liebe Rehasportlerin, lieber Rehasportler,

aufgrund der derzeitigen Situation ist es leider noch nicht möglich, einen Starttermin für die Wiederaufnahme des Rehasportes zu nennen. Um längerfristig zu planen und Ihnen eine Alternative zu bieten, habe ich mich entschlossen, den Rehasport auf unbestimmte Zeit auszusetzen. Mein Hauptproblem liegt in dem Einhalten des Mindestabstandes von 1,5 – 2 Metern im Bewegungsradius. Dieser Mindestabstand wird mit hoher Wahrscheinlichkeit auch in den folgenden Coronaschutzverordnungen nicht aufgehoben werden. Das allbekannte A-H-A (Abstand, Hygiene, Alltagsmaske) wird uns vermutlich also noch länger begleiten.

Somit dürfen leider nur 7 Teilnehmer in meinen 60 qm großen Kursraum. Der organisatorische Aufwand und die Wirtschaftlichkeit stehen unter diesen Umständen leider in keinem Verhältnis mehr.

Als **Alternative** bieten wir Ihnen Kurse auf Selbstzahlerbasis an. Hier werden wir in kleinen Gruppen mit verschiedenen Schwerpunkten arbeiten. Sofern Sie Interesse an einem Kurs haben, füllen Sie bitte den beigefügten Bogen aus und lassen uns diesen schnellstmöglich per Post, persönlich oder per E-Mail zukommen. So können wir eine möglichst homogene Zuteilung entsprechend der individuellen Ziele und Vorstellungen vornehmen.

Der Monatsbeitrag für einen Kurs beträgt 35,00€ (inkl. MwSt.). Hierfür können Sie 1x die Woche an einem Kurs teilnehmen. Zu Planungszwecken ist eine vorherige Anmeldung zwingend erforderlich.

Möchten Sie 2x die Woche kommen, so zahlen Sie nur 60,00€

Möchten Sie zusätzlich an unseren Geräten trainieren, so erhalten Sie 50% Rabatt auf den Mitgliedsbeitrag im Gerätetraining während der Laufzeit Ihres gebuchten Kurses!

Die Mitgliedschaft für die Trainingskurse ist jeweils 4 Wochen zum Monatsende kündbar.

Eine Verrechnung mit einer Rehasportverordnung ist nach Vorgaben der Krankenkassen nicht möglich!

Sollten Sie für den Rehasport einen Anbieter mit größeren Räumlichkeiten und freien Kapazitäten finden, so besteht die Möglichkeit eines Wechsels. Sprechen Sie uns gerne darauf an.

Ihre Rehasportverordnung ist weiterhin 18 Monate gültig und wird unbürokratisch von den Krankenkassen um 6 Monate verlängert. Dieses ist der jetzige Stand.

Liebe Sportler,

es schmerzt, diese Entscheidung zu treffen und diesen Weg zu gehen, aber leider müssen wir in der derzeitigen Situation neue Wege einschlagen.

Ich hoffe auf Ihr Verständnis und freue mich, alle wieder zu sehen.

Ihr

Frank van Loh und Team

Zurück an:

Physiotherapie van Loh

**Marktallee 22
48165 Münster**

Liebe Sportler,

um unsere Kurse mit Ihren Vorstellungen und Zielsetzungen optimal abzustimmen, benötigen wir ein paar Angaben um ein unser Angebot optimal abzustimmen.

Kursbeschreibungen:

Rücken und Relax

Ein gesunder und starker Rücken braucht Muskulatur und Mobilität. Dieser Kurs ist eine Mischung aus Kräftigungsübungen, Mobilisation und Entspannung der rückenstärkenden Muskulatur.

Functional Training zur Ganzkörperfitness

Ein Ganzkörpertraining, das ohne Großgeräte auskommt. Dieser Kurs zielt auf die Stabilisierung des Körpers um die Leistungsfähigkeit zu verbessern, die Körperwahrnehmung zu schulen und dadurch das Verletzungsrisiko zu mindern.

Der gestresste Nacken

Hier setzen wir den Schwerpunkt auf die Verspannte Schulter-/Nackenregion. Mobilisierung und Entspannung des Oberkörpers steht im Vordergrund. Mit Dehn- und Kräftigungsübungen sagen wir der verspannten und Schmerzhaften Nackenmuskulatur den Kampf an.

Beinachsentraining

Egal ob eine neue Hüfte, ein neues Kniegelenk oder Arthrose. In diesem Kurs arbeiten wir gezielt mit der Bein- und Rumpfmuskulatur um speziell die untere Extremität zu stärken.

Gleichgewicht

mit gezielten Übungen stärken wir Ihr Körpergefühl und somit die Körperwahrnehmung. Dadurch wird das Gleichgewicht trainiert und das Sturzrisiko verringert.

Weitere Präventionskurse, die nach §20 SGB V finanziell von den Krankenkassen unterstützt werden, sind in Planung. Informationen hierzu erhalten Sie bei uns in der Praxis.

Name: _____

Alter: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Ich habe folgende Einschränkungen/Erkrankungen:

Ich kann Übungen auf der Matte durchführen:

ja

nein

Ich interessiere mich für folgenden Kurs (Mehrfachnennungen möglich):

Rücken und Relax

Beinachsentraining

Functional Training zur Ganzkörperfitness

Gleichgewicht

Der gestresste Nacken

Ich kann vormittags

nachmittags

abends

Ich möchte auch an Geräten trainieren

ja

nein

Ich habe folgende Vorstellungen und Zielsetzungen an einen Kurs:

Ich möchte noch jemanden mitbringen: _____

Mit Ihrer Unterschrift erteilen Sie uns eine ausdrückliche Einwilligung zu Verarbeitung der personenbezogenen Daten nach Art.6 Abs1 der DSGVO. Sie haben zu jeder Zeit das Recht auf Löschung (Art.17 DSGVO).

Ort, Datum

Unterschrift