

Reha - Center

Das Reha - Center in der Praxis-Klinik Bergedorf ist eine interdisziplinär arbeitende medizinische Einrichtung und ist spezialisiert auf therapeutische Behandlungen des Bewegungs- und Stützapparates nach Operationen, nach Unfall- und Sportverletzungen sowie auf orthopädische Erkrankungen.

Das Reha-Team bietet seinen Patienten eine wohnortnahe, individuelle, medizinische und therapeutische Betreuung im Bereich der Physiotherapie, Physikalischen Therapie, der Rückentherapie und der Ambulanten Muskuloskeletalen Rehabilitation.

Die Praxis-Klinik Bergedorf ist Vertragspartner aller gesetzlichen und privaten Krankenversicherungen und der Berufsgenossenschaften.

Medizinische Fitness

Die Praxis-Klinik Bergedorf bietet ein spezielles Gesundheitskonzept und vereint Spaß an Bewegung mit medizinischer Kompetenz.

Spezielle Trainings- und Diagnostikverfahren kombiniert mit physiotherapeutischen Behandlungen sorgen für ein medizinisches und wissenschaftlich abgestimmtes Programm.

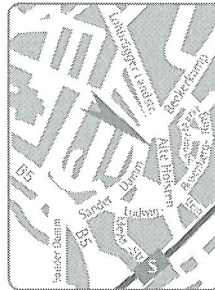
Trainieren Sie in ruhiger und geselliger Atmosphäre unter Anleitung von qualifizierten Sportwissenschaftlern und Sporttherapeuten. Individuelle Trainingsprogramme steigern Ihre Vitalität und Leistungsfähigkeit.

Zur Entspannung stehen Ihnen eine finnische Sauna und ein Bewegungsbad (32°) zur Verfügung.

Unsere Angebote

- Medizinische Fitness
- Gesundheitsorientiertes Training
- Gesundheitskurse
- Präventionskurse
- Rehabilitationssport
- Schwimmbad (32°)
- Sauna

Anfahrt



Öffnungszeiten (ab 01.01.2012)

Montag – Freitag	08.00 – 22.00 Uhr
Samstag	09.00 – 18.00 Uhr
Sonntag und Feiertage	10.00 – 19.00 Uhr

Praxis-Klinik Bergedorf

Sportstudio
Alte Holstenstraße 2
21031 Hamburg-Bergedorf
Tel: 040 - 725 75-0
Fax: 040 - 725 75-144
E-Mail: sport@praxis-klinik-bergedorf.de
Internet: www.praxis-klinik-bergedorf.de



Sport und Gesundheit

Medizinische Fitness
Gesundheitskurse
Präventionskurse
Rehabilitationssport

**FIT WERDEN UND
VITAL BLEIBEN**



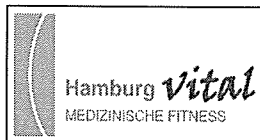
Fitness- und Gerätetraining



DAS TSG FITNESS-STUDIO
IN DER PRAXIS-KLINIK BERGEDORF

- Gesundheitscheck
- Individueller Trainingsplan
- Sportwissenschaftliche Betreuung
- Sauna , Bewegungsbad (32°)
- Kurse (siehe Kursprogramm) ermäßigt

Aufnahmegebühr € 20,-
Monatsbeitrag € 42,-
ermäßigt € 32,-
Rehasport € 22,-



- Gesundheitscheck
- Individueller Trainingsplan
- Sportwissenschaftliche Betreuung
- Sauna , Bewegungsbad (32°)
- Kurse (siehe Kursprogramm) ermäßigt
- inklusive Rehasportgruppen (Gelenk-, Rücken- oder Wassergymnastik, Pilates) bis zu 3 x wöchentlich

Keine Aufnahmegebühr
Monatsbeitrag € 67,-

(Anteilige Kostenübernahme der Krankenkassen im Rahmen des Rehabilitationssports gemäß § 43 Abs. 1 Satz 1 SGB V ist möglich)

Gesundheitskurse

Die Praxis-Klinik Bergedorf bietet Ihnen ein umfangreiches Kursprogramm im Bewegungsbad (32°) und in den Kursräumen an.

Prävention

Die Krankenkassen fördern nach §20 SGB V qualitätsgesicherte Präventionsprogramme:

- Ganzheitliches Rückentraining
- Sturzprophylaxe
- Hatha-Yoga
- Pilates
- Wassergymnastik/ Aqua Fitness
- Hydro Power
- Osteoporosport

Bei regelmäßiger Teilnahme erstatten die Krankenkassen anteilig die Kursgebühren.

Rehabilitationssport

Die Kostenübernahme der Krankenkassen erfolgt im Rahmen des Rehabilitationssports gemäß §43 SGB V mit entsprechender Verordnung (Formular 56).

Ein umfangreiches Gruppenangebot unter fachkompetenter Anleitung steht unseren Patienten mit Rehasport-Verordnung zur Auswahl:

- Gelenkgymnastik
- Rücken- und Wirbelsäulengymnastik
- Diagnoseabhängige Wassergymnastik
- Rücken- und Beckenbodengymnastik
- Entspannungsgymnastik

M.O.B.I.L.I.S

Sportmedizinisches Schulungsprogramm zur Therapie der Adipositas und assoziierter Risikofaktoren in Kooperation mit der Sporthochschule Köln.

Fitness- und Gesundheitskurse

Ergänzt werden die Gesundheitskurse von einer Vielzahl von Fitnesskursen, die von geschulten Übungsleitern und Sportlehrern geleitet werden:

- Callanetics + BBRP
- Feldenkrais
- Rücken- und Beckenbodengymnastik
- Selbstverteidigung
- Swing-Stick
- Aqua Fitness / Wassergymnastik
- Hydro Power
- Mobile Fitness (BMI >27)

und für die Kleinen:

- Babyschwimmen
- Wassergewöhnung

Kursgebühren für Fitness- und Präventionskurse (nicht Rehasport)

TSG und HH-vital - Mitglieder:

1 UE = € 4,00
1 UE (Wasser) = € 5,00
1 UE Pilates = € 4,00
1 UE Feldenkrais = € 5,00
1 UE Ganzheitl. Rückentraining = € 4,00

Nichtmitglieder:

1 UE = € 6,00
1 UE (Wasser) = € 9,00
1 UE Pilates = € 7,00
1 UE Feldenkrais = € 9,00
1 UE Ganzheitl. Rückentraining = € 8,00

Die Gebühren richten sich nach Dauer und Inhalt der Kurse und können sich ggf. ändern.

Eine **Teilnahme** an den Kursen ist nur nach vorheriger **schriftlicher** Anmeldung möglich. Die Kursgebühr kann per Überweisung oder mit EC bezahlt werden.

Bei Krankheit oder Rücktritt erfolgt **keine** Erstattung der Kursgebühren!

Die Kurse finden **nicht** in den Hamburger Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen statt.