

**25 Jahre Rehabilitationssport
beim MTV Treubund Lüneburg
Samstag, 26. Oktober 2002**

Gesundheitssport live



**anschauen, ausprobieren oder informieren
Sportpark, Uelzener Straße 90, 21335 Lüneburg**

Schirmherr: Ulrich Mädge, Oberbürgermeister der Stadt Lüneburg

NR. 1

Keine Kompromisse bei der Krankenkasse. Die BARMER bietet rund 9 Millionen Versicherten langfristig kalkulierte Beiträge und Spitzenklasse in Service-Qualität.

The illustration features a stylized woman's face with short dark hair, looking slightly to the right with a pleasant expression. Overlaid on the left side of her face are several computer window graphics. The top window is titled "Miss B@RMER zum Thema Serviceleistungen" and shows a browser address bar with "http://www.barmer.de/" and a search bar with the text "„Sie haben Fragen zur Gesundheitsvorsorge? Fragen Sie mich!“". Below it is an "Information" window with text about BARMER's services. To the right is a "Formulare" window with the word "Service" visible. At the bottom is a "Kontakt" window with the BARMER logo and address: "Heiligengeiststraße 31, 21335 Lüneburg 04131-7006-0/ www.barmer.de". A mouse cursor is pointing at the bottom of the contact window. On the far left, the vertical text "www.mannstein.de" is visible.

BESSER DIE BARMER

BARMER
Deutschlands größte Krankenkasse

Herzlich willkommen

Der MTV Treubund Lüneburg feiert „25 Jahre erfolgreichen Rehabilitationssport“. Unter dem Motto „Gesundheitssport - live“ können Sie 3 Gesundheitsvorträge von Ärzten besuchen. Im Anschluss können Sie ca. 19 von unseren 78 Gesundheitssport-Angeboten sich anschauen oder sie sogar ausprobieren. Für letzteres sollten Sie Sportzeug mitbringen und zu Ihrer eigenen Sicherheit bei uns ein Gesundheitsprotokoll ausfüllen.

Herzlich eingeladen ist jeder Gast und Interessent. An dieser kostenlosen Veranstaltung können Sie zeitlich flexibel teilnehmen.

Diese kleine Schrift enthält Informationen zu 25 Jahre Reha-Sport im MTV Treubund Lüneburg und zu der dazugehörigen Feier. Wir hoffen auf Ihr geneigtes Interesse.

MTV Treubund Lüneburg

Seit 1977 Rehabilitationssport – seit 1991 - die Rehabilitationssportabteilung

Erste Anfänge eines Sportangebots im MTV Treubund für chronisch kranke Menschen reichen weiter zurück:

1977 beginnen sich aus der Zusammenarbeit mit Dr. med. H. Müller die Herzsportgruppen zu entwickeln, 1986 entsteht in Zusammenarbeit mit der Selbsthilfegruppe ein Sportangebot für Parkinson-Kranke, geleitet von Eva Schabel und Ursula Löffler, auch eine Diabetes-Sportgruppe nimmt 1987 ihre Arbeit auf.

Aber 1991 tritt der MTV Treubund erstmals mit einem Angebot von mehreren Sportgruppen für unterschiedlich chronisch erkrankte Menschen unter dem Namen „Rehabilitationssport“ an die Öffentlichkeit.

Vorausgegangen sind Entwicklungen im Behindertensport-Verband Niedersachsen (BSN), die Franz Tödter von dort in unseren Verein hineingetragen hat: Nicht nur körperlich und/oder geistig behinderte Menschen sollen von der positiven Wirkung sportlicher Bewegung auf Körper, Geist und Seele profitieren, sondern auch Menschen mit einer chronischen Erkrankung sollen in speziell auf sie abgestimmten Sportgruppen und -programmen Freude an Bewegung, Spiel und Sport erleben können. Diesen Gedanken von beträchtlicher sport- und

sozialpolitischer Bedeutung greift Franz Tödter auf, führt Gespräche und entwickelt ein Angebots- und Finanzierungskonzept. Am 6. Dezember 1990 erörtert das Präsidium des MTV Treubund ausführlich seine Vorlage, die von vornherein zeitlich begrenzte Maßnahmen oder gar Halbherzigkeiten ausschließt und von der Einstellung einer weiteren hauptamtlichen Sportlehrkraft mit Spezialausbildung für diesen Bereich ausgeht.

Der Beschluß zur Gründung einer Rehabilitationssport-abteilung wird einstimmig gefaßt, zumal der Koronarsport, wie der Herzsport zu diesem Zeitpunkt noch heißt, die Einrichtung einer weiteren Übungsgruppe erfordert und mit Karin Gerech eine für diese Konzeption ausgebildete Lehrkraft bereit ist.

Der MTV Treubund wagt also den Sprung ins kalte Wasser, Karin Gerech beginnt zu Beginn des Jahres 1991 als hauptamtliche Lehrkraft ihre Aufbauarbeit für den Rehabilitationssport im Verein, spricht mit niedergelassenen Ärzten, Krankenkassen und Selbsthilfegruppen, informiert über die Pläne, überzeugt die potentiellen Partner von den Möglichkeiten sowie deren Sinn und Zweck und bewegt sie zu Mithilfe und Zusammenarbeit. Und es gilt, geeignete Sportstätten und freie Nutzungszeiten zu finden. Dann ist es soweit. Der Öffentlichkeit und speziell der Lüneburger

Ärzeschaft werden sechs Rehabilitationssport-Angebote vorgestellt, die ab sofort Betroffenen offen stehen: Sport für AVK, Krebsnachsorge, Multiple Sklerose-Sport, Osteoporose-Sport, Sport bei Schlaganfall und Wirbelsäulensport.

Die folgenden Jahre sind von klaren Entwicklungslinien gekennzeichnet. Zunächst scheidet Karin Gerecht aus familiären Gründen aus. Ihre Nachfolgerin, Haike Hecker, scheidet ebenfalls aus familiären Gründen aus und wird Ende 1992 durch Vera Frankenberger abgelöst. 1993 zieht sich Franz Tödter aus gesundheitlichen Gründen als Vorsitzender des Ressorts Rehabilitations- und Behindertensport aus seiner verdienstvollen Arbeit zurück, und Helmut Riesche wird sein Nachfolger. Die inzwischen bestehenden Rehabilitationsgruppen gründen eine Abteilung, erste Abteilungsleiterin wird Waltraud Graeber, ihr Nachfolger später Adalbert Mikoteit. Gruppeninterne und gruppenübergreifende außersportliche Aktivitäten (Ausflüge, Feiern, etc.) sorgen für Geselligkeit, menschliche Kontakte, Unterstützung und ein gutes soziales Miteinander über den Sport hinaus. Dem MTV Treubund wird eine Zivildienst-Stelle genehmigt.

Das in der BSA und durch das Engagement von Ursula Löffler und Eva Schabel entstandene Sportangebot für behinderte, entwicklungsgestörte Kinder wird in den Rehabilitationsbereich eingegliedert. Seit 1997 gibt es auch Rollstuhlsport für Kinder und Jugendliche.

Dies ist, neben den bereits zuvor Genannten, auch einer guten und

engagierten Zusammenarbeit mit der Lüneburger Ärztekammer, der Kassenärztlichen Vereinigung, den Krankenkassen, der Lüneburger Ärzteschaft, den Selbsthilfegruppen sowie den betroffenen Schulen und Behörden zu verdanken. Informationsveranstaltungen sowie die Darstellung der bisherigen Erfahrungen mit den Rehabilitationssport-Angeboten finden in den Sozialausschüssen der Stadt Lüneburg und des Landkreises Lüneburg aufmerksame Zuhörer. Auch der Behindertensport-Verband Niedersachsen (BSN) verfolgt die Arbeit des Vereins aufmerksam und hilft mit Rat und Tat. Doch bleibt immer zu bedenken, daß die Arbeit auf diesem, dem Verein sehr wichtigen Gebiet eher eine Arbeit in der Stille ist und keine lauten Töne in der Öffentlichkeit zuläßt.

Der MTV Treubund ist auch heute noch führend in Niedersachsen, sowohl in der Konsequenz bei der Umsetzung des Rehabilitationsgedankens als auch in der Vielfalt des Angebotes, denkt aber nicht daran, sich auf diesen Lorbeeren auszuruhen. Ein weiterer Ausbau des Angebotes ist geplant, und auch die bestehenden Gruppen nehmen gerne und sehr herzlich weitere 'Leidensgenossen' auf und integrieren Neuankömmlinge schnell in den Sportbetrieb, der nicht nur die Gesundheit, sondern auch die gute Laune fördert und nicht zuletzt deshalb für viele Teilnehmer ein unverzichtbarer Höhepunkt ihres Alltags geworden ist.

Die Veranstaltung zu 25 Jahre Reha-Sport wird unterstützt von :

**Sanitätshaus
KÖHLER**
Untere Schrangensstr.
17, Lüneburg

**25 Jahre Reha-Sport im
MTV Treubund Lüneburg**

**reha team
lüneburg**
Stadtkoppel 9, Lg.

Staszak
Das Sanitätshaus
Soltauer Str. 6 a, Lg.

CTO
Centrum für
Technische
Orthopädie

AOK
Die
Gesundheitskas
se

**MATRATZEN
CONCORD**
V. d. Bardowicker
Tore 8, Lüneburg

ab

14.00 Informations- und Beratungsstände

Ausstellung über 25 Jahre Rehabilitationssport

**14.15 Eröffnung:
Rückblick auf 25 Jahre Rehabilitationssport**

Es sprechen:

Ulrich Mädge, Oberbürgermeister der Stadt Lüneburg (Schirmherr)

Karl-Ernst Horn, Präsident des MTV Treubund Lüneburg

Dr. med. Helmut Müller als Vertreter der Ärzteschaft

Bernd Dörnemann, AOK, als Vertreter der Krankenkassen

Ein Vertreter des Niedersächsischen Turnerbundes

15.00 Drei Gesundheitsvorträge

Zeitlich parallel zu den Themen:

1. 25 Jahre Herzsport. Was hat sich in der **kardialen Rehabilitation** verändert?
(Dr. med. Helmut Müller)
2. Starker Rücken und stabile Gelenke. Therapeutische Möglichkeiten bei der **orthopädischen Rehabilitation**.
(Dr. med. W. Böker/ Dr. med S. Brand, Orthopäden)
3. Chancen und Grenzen der Sporttherapie in der **neurologischen Rehabilitation**.
(Oberärztin C. Reuter, Neurologin)

ab

16.30

78 Gesundheitssport-Angebote

anschauen, ausprobieren oder sich informieren z. B.:

- | | | |
|-------|---|--|
| 16.30 | <ul style="list-style-type: none">• HWS-Schultergymnastik• OS- u. Wirbelsäulengymnastik | <ul style="list-style-type: none">• Herzsport• Reha-Stabilisationstraining. |
| 17.30 | <ul style="list-style-type: none">• MS- u. Schlaganfallsport• Reha-Wirbelsäulengymnastik• Reha-Rücken-Beingymnastik• Reha-Stabilisationstraining | <ul style="list-style-type: none">• Rollstuhlsport• Entwicklungsförderung durch Spielerisches Kämpfen/ Kämpferisches Spielen• Bewegungsförderung für Babys |
| 18.30 | <ul style="list-style-type: none">• Gesundheitsorientiertes Gerätetraining• Präv. Wirbelsäulengymnastik• Meditative Reha-Rückengymn. | <ul style="list-style-type: none">• Parkinsonsport• Judo mit Behinderten• Integrative Gymnastik f. Behinderte• Tischtennis für Behinderte |

19.30 Verlosung von Gesundheitsartikeln

Impressum:

Herausgeber: Präsidium des MTV Treubund Lüneburg, Uelzener Straße 90, 21335 Lüneburg

Verantwortlich: Jörn Lucas (VisdP)

Anzeigen: MTV Treubund Sportmarketing GmbH, Uelzener Straße 90, 21335 Lüneburg, 04131-7797 – 50

Ausschnitt aus der Vereinschronik

Versehrten- und Behindertensport Von Franz Tödter

...

Wie ist es doch vor 50 Jahren gewesen?

Wir haben den 2. Weltkrieg verloren, alles liegt danieder. Im MTV regt sich in allen sportlichen Bereichen ein Neubeginn. Wer kennt und denkt aber an die aus dem großen Weltkrieg zurückgekehrten und zurückkehrenden Verwundeten und Versehrten?

Einzelne Versehrte sind es, die den Kontakt zu ihrem Verein suchen und im MTV schnell finden.

Heinz Dahl, altes MTV-Mitglied, findet sich schnell in ersten Aufgabenstellungen wieder. Er wird Mitglied des Stadt-Sportausschusses und sorgt sich um die alte MTV-Turnhalle. Gerhard Gohr spielt Faustball im MTV, dort spielen bereits Rudi Feuerabend und Erwin Schian aus alter Vereinszugehörigkeit. Horst Eisbrecher turnt in der Alt-Herren-Riege des Vereins, hier kommt Franz Tödter bald dazu. Sicherlich sind weitere Namen zu nennen. Sie können aber leider nicht aus den Vereinsunterlagen herausgelesen werden.

Im Nachbarverein, dem Treubund Lüneburg verläuft es ebenso. Namen wie Ernst Stein und Erich Rauscher machen dieses deutlich, ebenso Ernst Friese. Dr. Pardey, Dr. Koller und Dr. Konze, die aktive Sportler gewesen sind.

Die MTVer finden zusammen, und im September 1947 bildet sich die erste Versehrtenriege. Heinz Dahl wird ihr Riegenführer, der bald seine „ÜL-Ausbildung für den Versehrtensport“ in der Sporthochschule Köln absolviert. Gerhard Gohr und Johannes Enß folgen ihm, und so ist der solide Grundstock für den Übungsbetrieb gelegt.

...

In den 70er Jahren und Anfang bis Mitte der 90er Jahre bringen wir es in allen Wettkämpfen des bereits auf Landes- und

Bundesebene gebildeten Versehrtensports zu beachtlichen Erfolgen.

Unsere Gemeinschaft pflegt aber vorrangig den Breitensport, der in der Sporthalle und im Schwimmbad seine Teilnehmer findet. Es wird bald gekegelt und gebosselt; Tischtennis, Sitzball, Volleyball, Prellball, Flugball gespielt. Blindenkegeln und Schwimmen finden viele Teilnehmer; später kommen Kanusportinteressierte dazu.

Eine erste Kindergruppe besteht Anfang der 70er Jahre. Sie übt sich mit großer Freude im Lehrschwimmbecken der Pädagogischen Hochschule im Schwimmsport. In diesem Becken wird auch ein Schwimmangebot für Schwerstbehinderte eingerichtet. Frau Drengemann und Heinrich Vogt sind die Betreuer. Sie organisieren auch Ausflüge und kleine Feste.

...

Seit 1967 ist Franz Tödter Sportwart der Abteilung. Den vom Vorstand erbetenen neuen Übungsplan legt er mit der Feststellung vor, daß unsere 3 Übungsleiter (Dahl, Vogt, Tödter) als Oberschenkelamputierte aus ihrer Behinderung heraus naturgemäß mit den vielen Arm- und Leichtversehrten im sportpraktischen Teil Schwierigkeiten haben müssen und auch haben.

Um die Abteilung näher an den Verein heranzuführen, übernimmt der neue Sportwart im Verein Ressortaufgaben. Für die Fachaufgaben des Verbandes übernimmt Franz Tödter Funktionen im Bezirksvorstand. Als Mitglied des Hauptvorstandes des Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen wirkt er bei wesentlichen Entscheidungen des Verbandes mit. Seine dort erworbenen Kenntnisse kommen schließlich unserer BSA zugute. Seine Mitgliedschaft im erweiterten KSB-Vorstand ist eine Vertretungsaufgabe.

...

Franz Tödter entwickelt Gedanken und Pläne bis zur Baureife. Da ist sogar eine Sauna dabei. Hermann Frick ist als

Kassenwart schon fast mit der Endfinanzierung klar, als wir vom Vereinsvorstand auf die bereits im Bau befindliche Fünffach-Sporthalle im Sportzentrum Oedeme hingewiesen werden. Die Kontaktnahme zu Kreisoberrat Harneit, Kreisverwaltung, und Sportdirektor Martens, Bezirksregierung, reißt uns förmlich mit. „Unser Heim“ wird im Behinderten-Sportzentrum Oedeme Wirklichkeit, und wir können unsere für einen in eigener Regie und Verantwortung geplanten Bau ersparten Gelder für eine schöne Einrichtung einsetzen. Nun plant Franz Tödter diese mit Hans Weinreich funktionell neu durch.

...

Mit Datum vom 20.09.1977 legt der Sportwart Franz Tödter dem Vorstand einen „Bericht über Stand und notwendige Entwicklung des Behindertensports - allgemein und hier in Lüneburg“ mit seinen Vorschlägen vor. Heinz Dahl hat zuvor die Abgabe der Abteilungsleitung erklärt. Seinem Vorschlag entsprechend wird Franz Tödter am 09.11.1977 zum Leiter der Abteilung gewählt.

Im November 1977 beschließt das Land Niedersachsen ein „Aktionsprogramm zum Aufbau von Sportgruppen mit behinderten Kindern und Jugendlichen“...

Eine neue Kinderabteilung stellen wir 1977/78 auf. Die Bezirksregierung, Sportdirektor Martens, und das Gesundheitsamt, Frau Kniest, helfen uns dabei. Unsere Kinderabteilung hat sofort ein vielseitiges Angebot und immer fröhliche Kinder. Die Gruppe selbst nimmt am Hallensportfest der Erwachsenen hier in Lüneburg mit großer Begeisterung und ebenso an fremden wie z.B. in Walsrode, Dannenberg, Großburgwedel, Bützfleth teil....

Das Internationale Jahr der Behinderten führt am Tag des Behindertensports, am 13. Juni 1981, zu einem besonderen Erfolg: Befreundete Vereine umrahmen die Organisation und die 30 Wettkampfangebote für Behinderte und Nichtbehinderte mit Musik. Sportlerinnen und Sportler des MTV Treubund stellen Kampfrichter und Helfer und erfreuen die Zuschauer mit gelungenen Vorführungen. 500 Essen gibt die DRK Gulaschkanone

aus. 250 Behinderte und 600 Nichtbehinderte kämpfen unter Behinderten-Bedingungen an den Wettkampfstationen um die Erinnerungsmedaillen. Der NDR nimmt eine Sportreportage auf, ebenso ein Sportschau-Team des NDR-Fernsehens.

„Einander verstehen - miteinander leben“ beweisen an diesem Tag hier in Lüneburg 1.000 aktiv und passiv Beteiligte. Um 18.40 Uhr starten aus Kinderhand 240 Luftballons und fliegen gen Süden.

Gemeinschaftssinn ist innerhalb der Abteilung immer gepflegt worden. In jedem Februar wird ein Karnevalsfest, heute ein Grünkohlessen, ausgerichtet, im Spätsommer ein Abteilungsausflug und zum Jahresabschluß eine gern besuchte Adventfeier. Alle Veranstaltungen führen zu einem frohen Erleben mit großer, in den letzten Jahren mit altersbedingter geringerer, Teilnahme.

Die Abteilung bleibt in ihrem Mitgliederbestand nicht stehen. Eine ABM-Maßnahme wird für die Sport- und Gymnastiklehrerin Eva Schabel beantragt und genehmigt. Eine Gruppe für Parkinson-Erkrankte wird neu gebildet und betreut, für Diabetiker ein Programm angeboten und durchgeführt.

Der Anfang des Rehabilitationssports im MTV Treubund Lüneburg ist gelegt. Ein spezielles Arbeitspapier überzeugt später das Präsidium zur Einstellung einer Diplom-Sportlehrerin der Deutschen Sporthochschule Köln. Das Diplom richtet sich auf Erkrankte unseres Zielkreises aus. Ihre Aufbauarbeit wird wesentlich aus Mitteln des Behindertensports und von Franz Tödter gefördert und begleitet. Die neuen Gruppen werden bald einer neuen Abteilung, der Rehabilitationssport-Abteilung, zugeführt. Parkinson- und Diabetikergruppen werden dieser Abteilung ebenso eingegliedert wie schließlich unsere Kinderabteilung. So verändert sich das Bild unserer Mitgliederzahlen.

Heute hat die Rehabilitationssport-Abteilung 495 Mitglieder und die Behindertensport-Abteilung 155 Mitglieder.

Die Kindergruppe löst sich Anfang der 80er Jahre langsam auf. Die Kinder sind in das Berufsalter gekommen, und die Eltern der neu hinzugekommenen Kinder sind nicht mehr bereit, die Angebote von Ursel Löffler und Eva Schabel zu unterstützen. Heute hat die Gruppe ein neues Gesicht gefunden. Es besteht eine Schwimm- und Rolleygruppe, betreut von der Dipl.-Sportlehrerin Vera Frankenberger.

In der Mitgliederversammlung am 18.04.1989 muß Franz Tödter aus gesundheitlichen Gründen nach über 30jähriger Tätigkeit in mehreren Funktionen erklären, daß er für die Vorsitzendenfunktion nicht mehr zur Verfügung stehen kann.

...

Behindertensport ist ohne Arzt nicht durchführbar. Dr. med. Rudolf Schoop hat der VSA, dann BSA, von Anbeginn betreut zur Seite gestanden. Er und Dr. med. Grethlein sowie Dr. med. Müller-Deile haben die Sportler über Jahrzehnte betreut. Hier gilt es, einen besonderen Dank zu sagen, denn diese Ärzte haben sich selbst in die Arbeit für unsere Abteilung eingebracht.

Die Lüneburger Presse steht dem Behindertensport stets zur Seite, wie auch die Krankenkassen gemeinsam mit uns Behinderte im Sport betreuen.

...

Franz Tödter

Bilder aus dem Reha-Sport des MTV Treubund Lüneburg



**Partner des MTV
Treubund Lüneburg
Für den Reha-Sport
DAK
Haagestraße 3
21335 Lüneburg**



... und das sind nur wenige der Reha - Sportgruppen des MTV Treubund Lüneburg

Gesundheitssport im MTV Treubund Lüneburg

Wie findet man das passende Gesundheitssport-Angebot?



Der MTV Treubund ist in den Jahren 2000 und 2001 jeweils zum besten Lüneburger Gesundheitssportverein gewählt worden. Wir bieten qualitätsgesicherten Gesundheitssport, mit dem man seine Gesundheit fördern oder wiederherstellen kann. Eine ausführliche Erläuterung dieser Angebote entnehmen Sie bitte dem Gesundheitssport-Programm. Beim Gesundheitssport differenzieren wir zwischen präventivem Gesundheitssport, Rehabilitations- und Behindertensport. Die folgende Abgrenzung dient als Hilfe für Neueinsteiger in den Gesundheitssport:

- Der **präventive Gesundheitssport** ist für "gesunde" Menschen geeignet. Hier wird die Gesundheit durch gesundheitsorientierte Übungen weiter verbessert und stabilisiert. Durch den Aufbau von gesundheitlichen Schutzfaktoren wird einer möglichen Erkrankung vorgebeugt (Weitere Infos ab Seite).
- Sobald eine Erkrankung vorliegt, die eine in der Belastbarkeit oder in den Bewegungsabläufen einschränkt, kommt der **Rehabilitationssport** zum Einsatz. Die Voraussetzung für die Teilnahme ist eine ärztliche Verordnung. Mit Hilfe von bewegungstherapeutischen Übungen wird hier der weitere Krankheitsverlauf positiv beeinflusst, falls möglich wird die Gesundheit wiederhergestellt.
- Der Behindertensport richtet sich an Menschen, die eine Blindheit haben. Auch der Behindertensport kann ärztlich verordnet werden. Durch zielgruppenspezifische Übungen werden hier die Behinderung und der gesundheitliche Allgemeinzustand positiv beeinflusst.

Präventiver Gesundheitssport

Walking + Stickwalking

Mo 16.00 - 17.00 Sportpark Nils Schwarz

Fr 15.30 - 16.30 Schaperdrift A. Mikoteit

Gesundheitsorientiertes Gerätetraining

Weitere Informationen und Termine für ein zweiwöchiges Schnuppertraining unter der Telefonnummer 04131 / 7797 - 40.

Präventive Rückenschule

Fragen Sie Ihre Krankenkasse nach einer Kostenübernahme.
Weitere Informationen und Anmeldung unter Tel. 04131 / 7797 - 40.

Vorbeugende Wassergymnastik

Mo 08.00 - 08.30 Salü Anja Nielsen

Mo 08.30 - 09.00 Salü Anja Nielsen

Vorbeugende Wirbelsäulengymnastik

Mo 18.00 - 19.00 GS Kreideberg Anja Nielsen
Do 17.00 - 18.00 GS Lüne S. Hußmann
Fr 16.45 - 17.45 SZ Oedeme 4 Anja Nielsen

Fr 17.30 - 18.30 Halle Sportpark Christine Walta
Fr 20.00 - 21.30 Kaltenmoor 1 Anja Nielsen

Sport für übergewichtige Kinder (Kreatives Wahrnehmungs- und Bewegungstraining)

Di 16.00 - 17.00 Schule Knieberg Anja Schweitzer und Viola Reimers

Haltungsschulung – Gesunder Rücken für Kinder

Bitte melden Sie sich in der Geschäftsstelle unter 04131-7797-0. Wir führen eine Warteliste.

Spielerische Wassergewöhnung

Babys bis 1 Jahr

Mo 09.00 - 09.30 Salü Anja Nielsen

Babys ab 1 Jahr

Mo 09.30 - 10.00 Salü Anja Nielsen

Kleinkinder ab ca. 3 Jahren

Mo 17:00 – 17.40 LKH-Lehrbecken S. Rogge

Do 15.15 - 16.15 LKH-Lehrbecken C. Walta

Bewegungsförderung für Babys - Krabbeln, Laufen, Spielen

Rehabilitationssport

Voraussetzungen zur Teilnahme am Rehabilitationssport

Die Voraussetzung für die Teilnahme am Rehabilitationssport ist eine **ärztliche Verordnung!** Hält ein behandelnder Arzt die Teilnahme an dieser Bewegungstherapie medizinisch für erforderlich, können im Rahmen der "Gesamtvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining" vom 1.1.1994 Verordnungen hierfür ausgestellt werden. Eine Ausnahme bildet die Reha-Rückenschule. Diese kann nach SGB V § 43,2 als "ergänzende Leistung zur Rehabilitation" verordnet werden. Die Verordnungen erfolgen im allgemeinen von dem Arzt, der das der Behinderung zugrundeliegende Leiden oder dessen Folgen behandelt. Sie sind der zuständigen Krankenkasse zur Prüfung und Genehmigung vorzulegen. Für die Dauer der Anerkennung durch die Krankenkasse zahlen die teilnehmenden Vereinsmitglieder den ermäßigten Monatsbeitrag. €.



Telefonische Beratung

Mittwoch
16.00 - 17.00
04131 /7797-0

Persönliche Beratung

Donnerstag
13.30 - 14.30
Geschäftsstelle

Dipl. Sportwissenschaftler für Prävention & Rehabilitation
Bernd Lischewski berät Sie telefonisch oder persönlich

Spezielle Beratung für den Rehabilitationssport

Für Interessenten an und Neueinsteiger in den Rehabilitationssport bieten wir eine ausführliche, kostenlose, sporttherapeutische Beratung durch unseren Dipl. Sportlehrer für Rehabilitation Bernd Lischewski an.

Basierend auf Ihrem gesundheitlichen Zustand erfahren Sie, welches Rehabilitationssport-Angebot für Sie geeignet ist.

Ambulanter Herzsport

Auskünfte erhalten sie Mis vor der Sportstunde von 16.30 - 17.00 Uhr von Dipl. Sportlehrerin Christine Walta in der Halle im Sportpark. In den Sportstunden 17.00 - 18.00 Uhr und 18.00 - 19.00 Uhr ist ein Facharzt anwesend und ein Herzdefibrillator einsatzbereit.

Neuzugänge

Mi 17.00 - 18.00 Halle im Sportpark Anja Nielsen

Trainingsgruppe / Fortgeschrittene

Mi 17.00 - 18.00 Halle im Sportpark Christine Walta
Mi 18.00 - 19.00 Halle im Sportpark Uwe Waasen
Mi 18.00 - 19.00 Halle im Sportpark Christine Walta

Übungsgruppe

Mi 18.00 - 19.00 Halle im Sportpark Anke Christann

Trainingsgruppe / OLDIES

Mi 19.00 - 20.00 Halle im Sportpark Uwe Waasen

Herz- und Gefäßtraining

Mi 17.00 - 18.00 Halle im Sportpark Uwe Waasen

MS- und Schlaganfallsport

Gehfähige

Mo 13.00 - 14.00 Studio B. Lischewski

Rollstuhlfahrer und Gehfähige

Do 15.00 - 16.00 Studio B. Lischewski

Parkinsonsport

Mo 15.00 - 16.00 Studio im Sportpark Bernd Lischewski

Reha-Wassergymnastik

Mi 19.00 - 19.30 BewBad KurZ B.Lischewski
Mi 19.30 - 20.00 BewBad KurZ B.Lischewski
Mi 20.00 - 20.30 BewBad KurZ B. Lischewski

Mi 20.00 - 20.40 Oedeme Stefanie
Wentzel
Do 12.00 - 12.40 Oedeme Silke Rogge

Reha-Wassergymnastik & Rückenschwimmen

Di 17.30 - 18.10 LKH-Lehrbecken B. Lischewski
Di 18.10 - 18.50 LKH-Lehrbecken B. Lischewski

Fr 18.00 - 18.40 LKH-Lehrbecken Silke Rogge
Fr 18.40 - 19.20 LKH-Lehrbecken Silke Rogge

Di 18.50 - 19.50 LKH-Lehrbecken B. Lischewski

Fr 19.20 - 20.10 LKH-Lehrbecken Silke Rogge

Reha-Rückenschule (Wie man seinen Rücken schonen und Beschwerden lindern kann.)

Fragen Sie bitte Ihre Krankenkasse nach einer Kostenübernahme.

Kursbeginn:
März 2003

September 2003

Teilnahme-Voraussetzungen:

- Verbindliche schriftliche Anmeldung in der Geschäftsstelle
 Mo 20.05 - 21.35 Schule Knieberg Bernd Lischewski

- Überweisung der Kurskosten in Höhe von 103,00 Euro
 (für Mitglieder 95,00 Euro)

Reha-Stabilisationstraining

Mi 13.00 – 14.30 Studio B. Lischewski Sa 09.00 – 10.15 Studio W. Hoffmann

Reha-Gerätetraining für LVA-Patienten

Informationen und Anmeldung zu den Studio Öffnungszeiten bei unserem Trainerteam unter Telefon 04131 / 7797-40.

Reha-Wirbelsäulengymnastik

Mo 17.00 – 18.00	Schule Knieberg	S. Wentzel	Do 16.00 - 17.00	GS Lüne	S. Hußmann
Mo 18.00 - 19.00	Schule Knieberg	B. Lischewski	Do 18.00 - 19.00	Schule Knieberg	B.Lischewski
Mo 19.00 - 20.00	Halle Sportpark	Anke Christann	Do 19.00 - 20.00	Schule Knieberg	B. Lischewski

HWS-Schultergymnastik

Di 11.00 - 12.00	Studio	B. Lischewski	Fr. 19.45-20.45	Oedeme 5	S. Ackermann
Do 17.00 - 18.00	Schule Knieberg	B. Lischewski			

Reha-Rücken-Beingymnastik

Mo 19.00 - 20.00	Schule Knieberg	B. Lischewski	Fr 18.45 - 19.45	Oedeme 5	S. Ackermann
------------------	-----------------	---------------	------------------	----------	--------------

Meditative Reha-Rückengymnastik

Mi 17.00 - 18.00 Raum 1 Anke Christann

Osteoporose- und Wirbelsäulengymnastik

Di 16.00 - 16.45	Studio	Ursula Löffler	Do 09.00 - 10.00	Studio	S. Hußmann
Di 17.00 - 18.00	Studio	Ursula Löffler	Do 14.30 - 15.30	Studio	S. Hußmann

Reha-Walking

Di 16.00 - 17.00 Studio Bernd Lischewski

Reha-Wirbelsäulengymnastik & Walking

Di 15.00 - 17.00 Studio Bernd Lischewski

Reha Rücken- und Atemgymnastik

Mi 14.30 - 15.30 Studio Bernd Lischewski

Rollstuhlsport für Kinder und Jugendliche

Zur Zeit keine Teilnehmer

Sport für entwicklungsverzögerte Kinder und Jugendliche**Entwicklungsförderung durch Bewegung und Gymnastik**

Di 15.00 - 16.00 Schule Knieberg Viola Reimers/ Anja Schweitzer

Entwicklungsförderung durch kämpferisches Spielen & spielerisches Kämpfen

Di 14.00 - 14.45 Aikido-Dojo Y. Christ

Entwicklungsförderung durch Schwimmen und Wassergewöhnung

Do 16.15 - 17.15	LKH-Lehrbecken	C. Walta	Do 17.15 - 18.15	LKH-Lehrbecken	C. Walta
------------------	----------------	----------	------------------	----------------	----------

Behindertensport**Schwimmen und Wassergymnastik**

Mo 18.30 - 19.00 Hallenbad u. Bew.bad
 M. Pfahler/ M. Wutke

Schwerstbehindertenschwimmen

Di 16.00 – 17.00 LKH-Lehrbecken Schaller

Wirbelsäulengymnastik

Mi 19.00 – 19.45 SZ Oedeme W. Hoffmann

Integrative Gymnastik

(Gemeinsame Gymnastik für alle Gruppen)

Mi 18.00 – 18.30 SZ Oedeme W. Hoffmann

Sport mit Blinden

Mi 18.30 – 20.00 SZ Oedeme Adolf Bischoff

Volleyball*Anzeige***MTV Treubund Sportmarketing:
Reisen für Erwachsene im Jahr 2003**

03. 01.	Kleine Komödie Hamburg: „Keine Leiche ohne Lilly“
01.06.-03.06.	IGA in Rostock-Warnemünde
27.04.-03.05.	7 Tage rund um den Bodensee
07.09.-11.09	Schätze dieser Welt – Idar-Oberstein
05. 09.	Kleine Komödie Hamburg: „Das Fenster zum Flur“

MTV Treubund Sportmarketing GmbH:

Sport ist im Verein am schönsten... Reisen auch.
 Tel. 04131-7797-50

Mi 17.00 – 19.00 SZ Oedeme Günter Goll

Mi 18.30 – 19.00 SZ Oedeme W. Hoffmann

Frauensport und Spiele

Sport- und Freizeitkegeln (vierzehntägig)

Di 17.00 – 19.00 Adlerhorst Adolf Bischoff

Tischtennis

Mi 17.00 – 19.15

Sa 14.00 – 17.00

SZ Oedeme 5 Gerd Lange

SZ Oedeme 5 Gerd Lange

Judo mit geistig und körperlichen Behinderten (Erwachsene)

Di 20.00 - 21.30 AiKido-Dojo Rolf Frey



Gut versichert mit der AOK.

- Attraktive Leistungen
- Kostenlose Familienversicherung
- Hundum-Versicherungsschutz
- Top-Service – schnell, kompetent, persönlich
- Ortsnähe durch fast 800 Geschäftsstellen
- Persönlicher Kontakt statt Anonymität
- Beratung auch bei Ihnen zu Hause
- Telefonisch für Sie bis 20.00 Uhr erreichbar
- Gesundheitsberatung für Mitglieder
- Extra-Service für Auszubildende
- Günstige, stabile Beiträge
- Internet: www.AOK.de

AOK –
Die Gesundheitskasse für Niedersachsen
Am Weißen Turm 3, 12339 Lüneburg
Tel 04131- 715 25 121

