



## **Reha-Sport** für Menschen mit Einschränkungen im Bewegungsapparat

**Leitung:** Thomas Ulbrich

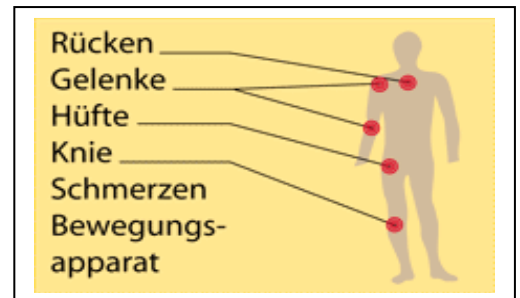
**Tel. 0160-92981226 o. 04243-5027566**

**Übungszeiten:** **Freitags, 17.45 – 19.15 Uhr**

**Mehrzweckhalle Mörse**

Es handelt sich dabei um Bewegungsangebote in kleinen Gruppen mit dem **Ziel**

- Verbesserung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Steigerung des Wohlbefindens
- Stärkung des Selbstwertgefühls
- Ermöglichung sozialer Kontakte
- Stärkung der Eigenverantwortlichkeit für die Gesundheit
- Kompensation inoperabler Folgezustände einer Krankheit durch noch vorhandene Funktionen
- Wiederherstellung der Leistungsfähigkeit und Wiedereingliederung in die Gesellschaft
- Verlangsamung des Fortschreitens chronischer Erkrankungen



## **Reha-Sport** für Kinder

Bewegungsförderung & Psychomotorik

**Übungszeiten Kindergartenkinder: Donnerstags, 15.00-16.00 h Turnhalle**

**Schulkinder: Donnerstags, 16.00-17.00 h Mühlenacker**

**Leitung: Monika Nobis, Tel. 04243 – 602892 Handy : 0152 0988 2624**

**Das besondere Bewegungsangebot richtet sich an Kinder,**

- die Bewegungsmangel haben,
- die in ihrer Bewegung ängstlich sind und sich nichts zutrauen,
- die Übergewicht haben,
- die Rückenproblemen haben
- die unruhig und überaktiv sind oder unkonzentriert zu sein scheinen
- deren Bewegungsverhalten unkoordiniert und ungeschickt erscheint
- die in ihrer Gesamtentwicklung auffällig oder verzögert sind.

Die Kinder können sich frei und ungezwungen bewegen. Ihre eigenen Ideen und Wünsche werden mit eingebracht.

## **Reha-Sport** für Menschen mit geistiger Behinderung



**Übungszeiten: Montags, 17.00 – 18.30 h**

**Freitags, 16.00 – 17.30 h**

**Mehrzweckhalle Mörse**

**Leitung: Gerhard Braun**

**Tel. 04243 – 2557**

**& Jana Skripalle**



Durch gezielte Aktionen werden Defizite gemindert oder beseitigt und der Spaß an sportlichen Aktivitäten gefördert.

**Folgende Zielvorstellungen sollen verwirklicht werden:**

- Verbesserung der Koordination
- Verbesserung der Alltagsmotorik
- Schulung von Bewegungsabläufen
- Qualitative Verbesserung der Bewegungseigenschaften
- Verbesserung der allgemeinen körperlichen Belastungsfähigkeit
- Regulierung des Antriebs
- Schulung der Körperwahrnehmung
- Vermittlung eines positiven Selbstbildes
- Erlernen von Sozialverhalten