

Reha-Sport mit Diabetes

Sie möchten trotz Diabetes aktiv bleiben und Ihre Gesundheit stärken? Dann sind Sie in unserer Rehasportgruppe genau richtig! Gemeinsam in der Gruppe macht Bewegung nicht nur mehr Spaß, sondern hilft auch, den Blutzucker besser zu regulieren, das Wohlbefinden zu steigern und neue Energie zu tanken.

Unsere speziell ausgebildeten Übungsleiter/innen begleiten Sie mit abwechslungsreichen und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmten Übungen. Egal, ob Sie Anfänger/in oder bereits sportlich aktiv sind – bei uns ist jeder willkommen!

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Individuell angepasste Bewegungsprogramme
- Fachkundige Betreuung und persönliche Beratung
- Austausch und Motivation in der Gruppe
- Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit
- Mehr Lebensfreude und Selbstvertrauen im Alltag

Wir freuen uns auf Sie!

Wichtige Voraussetzung:

Für die Teilnahme benötigen Sie eine Rehasportverordnung, die Sie von Ihrem behandelnden Arzt oder Ihrer behandelnden Ärztin erhalten. Die Kosten werden in der Regel von den Krankenkassen übernommen.

Übungsleiter: Rehasport-Team MeTraVit

Anmeldung: Empfang MeTraVit

Wann:

Mittwoch 16:00-16:45Uhr (Gymnastikhalle 1)

Bei weiteren Fragen unter **therapieplanung@bad-sebastiansweiler.de** melden.

*Bad Sebastiansweiler GmbH
MeTraVit
Hechinger Straße 26
72116 Mössingen*