



## **Ansprechpartnerin**

**Anke Wolf**

Offene Sprechstunde vor Ort (Sportzentrum Bundesstraße):  
mittwochs 15:00-17:00 Uhr

[rehasport@etv-hamburg.de](mailto:rehasport@etv-hamburg.de)  
040/401 769-54

**Eimsbütteler  
Turnverband e.V.**  
Sportzentrum Bundesstraße  
Bundesstraße 96  
20144 Hamburg



  
**ETV  
HAMBURG**

## **SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE**

<b>Montag</b>	09:15-10:00	Krebsnachsorge für Frauen	Gym II
	10:30-11:30	Herzsportgruppe 50 W	KH
	11:30-12:30	Herzsportgruppe 75 W	KH
	12:15-13:00	Hockergymnastik	Gym I
	12:30-13:30	Herzsportgruppe 100 W	KH
	12:00-12:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	13:00-13:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	17:00-17:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	18:00-18:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym I
<b>Dienstag</b>	13:00-13:45	Lungensport	Gym III
	13:00-13:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	14:00-14:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	18:00-19:00	Beckenbodentraining für Frauen	Gym IV
<b>Mittwoch</b>	10:00-11:00	Herzsportgruppe 50 W	KH
	10:30-11:15	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	11:00-12:00	Herzsportgruppe 75 W	KH
	12:00-12:45	Krebsnachsorge für Frauen	KH
	13:30-14:15	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym IV
	18:00-19:00	Herzsportgruppe 100 W	KH
	19:00-20:00	Herzsportgruppe 75 W	KH
	19:00-19:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym III
<b>Donnerstag</b>	08:30-09:15	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	09:30-10:15	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
	12:15-13:00	Lungensport	Gym II
	17:15-18:00	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym III
	18:00-18:45	Orthopädische Trainingsgruppe	Gym II
<b>Samstag</b>	10:00-11:00	Beckenbodentraining für Männer	Gym III

## **SPORTZENTRUM HOHELUFT**

<b>Dienstag</b>	13:00-13:45	Orthopädische Trainingsgruppe	KR 1
	14:00-14:45	Orthopädische Trainingsgruppe	KR 1
	15:00-15:45	Hockergymnastik	KR 1
<b>Donnerstag</b>	11:30-12:15	Orthopädische Trainingsgruppe	KR 2
	12:30-13:15	Orthopädische Trainingsgruppe	KR 2
	17:15-18:00	Orthopädische Trainingsgruppe	KR 4
	18:00-18:45	Orthopädische Trainingsgruppe	KR 4

## **ALSTERSCHWIMMHALLE**

<b>Donnerstag</b>	19:00-19:45	Wassergymnastik	
	20:00-20:45	Wassergymnastik	

## **LOCATIONS**

### **SPORTZENTRUM BUNDESSTRASSE** Bundesstraße 96

<b>Gym I</b>	= Gymnastikraum 1	<b>Gym IV</b>	= Gymnastikraum 4
<b>Gym II</b>	= Gymnastikraum 2	<b>KH</b>	= Kleine Halle
<b>Gym III</b>	= Gymnastikraum 3		

### **SPORTZENTRUM HOHELUFT** Lokstedter Steindamm 77

<b>KR 1</b>	= Kursraum 1
<b>KR 2</b>	= Kursraum 2
<b>KR 4</b>	= Kursraum 4

## **Rehasport im ETV**

Wir bieten Rehabilitationssport für unterschiedliche Indikationsbereiche an. Die Betonung bei „Rehasport“ liegt auf Sport. Die Mittel des Sports verbessern auf ganzheitlicher Ebene Ihre Bewegungsfähigkeit, um dadurch Ihren Genesungsverlauf positiv zu beeinflussen.

Unter qualifizierter Anleitung stellt der Rehasport eine Hilfe zur Selbsthilfe dar, mit den Zielen Sport und Bewegung langfristig und eigenverantwortlich in Ihrem Lebensstil zu etablieren, z. B. durch weiteres und regelmäßiges Sporttreiben im Verein.



## **Ihr Weg zur Teilnahme am Rehasport beim ETV**

### **1. Schritt**

Lassen Sie sich von Ihrem Haus- oder Facharzt Rehabilitationssport verschreiben (Formular 56). Die Verordnung unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und belastet NICHT das Budget des Arztes.

### **2. Schritt**

Auf der Rückseite des Formulars tragen Sie den ETV als Leistungsträger ein und unterschreiben daneben. Dann lassen Sie die Verordnung bei Ihrer Krankenkasse genehmigen.

### **3. Schritt**

Wenn Sie die Genehmigung bekommen haben, vereinbaren Sie einen Aufnahmetermin mit uns und wir besprechen alles Weitere.



Das Rehasport-Programm des ETV können Sie auch ohne eine ärztliche Verordnung mit einer Mitgliedschaft in Anspruch nehmen. Rufen Sie uns an und wir vereinbaren einen Termin zur individuellen Beratung. Sollten Sie privatversichert sein, sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse, ob sie eine Mitgliedschaft unterstützt.