

## 4 Schritte zu Ihrer Gesundheit



1. Besuch bei Ihrer Arztpraxis



2. Ihre Ärztin/Ihr Arzt verordnet Rehasport



3. Ihre Krankenkasse genehmigt die Verordnung



4. Ihre Teilnahme an unserem Rehasport

## Trainingsort

Turnhalle der Gold-Kraemer-Stiftung  
Tulpenweg 2-4  
50226 Frechen



Gold-Kraemer-Stiftung  
Wir Menschen gemeinsam.

## Wegbeschreibung

### Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Mit der S-Bahn Richtung Horrem (S 13) oder Düren (S 12) aus Köln kommend bis Frechen-Königsdorf. Weiterfahrt mit Buslinie 731 Richtung Frechen-Rathaus bis Haltestelle Tulpenweg oder Buslinie 980 Richtung Frechen Rathaus bis Haltestelle Alte Kirche.

## Kontakt und Anmeldung

Gemeinschaftssportverein

Gold-Kraemer e.V.

Bianca Dobke

Telefon 0 22 34.933 03-409

Mobil 0171.368 94 90

E-Mail [gsv@gold-kraemer-stiftung.de](mailto:gsv@gold-kraemer-stiftung.de)



GemeinschaftsSportVerein  
Gold-Kraemer e.V.

## Rehabilitationssport für Alle



GemeinschaftsSportVerein  
Gold-Kraemer e.V.

bei  
neurologischen  
Erkrankungen



## GemeinschaftsSportVerein Gold-Kraemer e.V.

Wir, der GemeinschaftsSportVerein Gold-Kraemer, sind ein Team aus erfahrenen Trainer\*innen, die Ihnen eine professionelle wohnortnahe Behandlung rund um das Thema Rehabilitation anbieten. Wir gehen dabei ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse ein und unterstützen Sie bei einer optimalen und effektiven Wiedereingliederung in den privaten und beruflichen Alltag.

### Wir arbeiten ganzheitlich und helfen Ihnen dabei...

- ✓ persönliche Lebensqualität zu verbessern
- ✓ Schmerzen zu mindern
- ✓ Ausdauer und Kraft zu stärken
- ✓ Koordination und Flexibilität zu verbessern
- ✓ Selbstbewusstsein zu festigen
- ✓ das soziale Umfeld zu integrieren und auszubauen
- ✓ Barrieren im Alltag abzubauen



## Neu im GSV - Rehasport bei neurologischen Erkrankungen

Erkrankungen des Nervensystems verändern die Bewegungsabläufe, verringern die eigene Mobilität und erschweren so die eigene Unabhängigkeit im Alltag.

Werden Sie aktiv und erhalten Sie sich durch gezielten Sport Ihre geistige und körperliche Fitness! Regelmäßiges Trainieren hilft Ihnen dabei, die in der medizinischen Reha oder Physiotherapie erlernten Bewegungsabläufe und Bewegungsmuster zu erhalten bzw. zu verbessern.

Unser Rehasport für Patient\*innen mit neurologischen Erkrankungen trainiert und stabilisiert gezielt Sensomotorik, Gleichgewicht und Haltung und verbessert so die Bewegungsfähigkeit. Das gibt Ihnen mehr Sicherheit und Selbstbewusstsein im Alltag.

### Wir trainieren ganzheitlich in indikationsgemischten Gruppen!

Wir bieten Rehasport bei folgenden neurologischen Indikationen:

- ✓ Schlaganfall
- ✓ Morbus Parkinson
- ✓ Polyneuropathien
- ✓ Multiple Sklerose

## Es geht um Ihre Gesundheit

Ärztliche Betreuung und zertifizierte Übungsleiter\*innen sichern die hohe Qualität der Angebote. Diese richten sich grundsätzlich an alle Menschen mit drohender Einschränkung, sowie an Menschen mit einer chronischen Erkrankung.

Die Art und Intensität der Rehabilitationsmaßnahmen werden anhand Ihrer ärztlichen Verordnung festgelegt.

Der GemeinschaftsSportVerein Gold-Kraemer verfügt über eine voll ausgestattete Sporthalle. Ein Schwimmbad und ein Fitnessraum sind ebenfalls vorhanden. Alle Räumlichkeiten sind modern und barrierefrei.

