



23. Juli 2013

Rehasport: Neues Trainingsangebot im vispo-Zentrum für Vitalität und Sport

Krankenkassen übernehmen Kosten

Wissenschaftliche Untersuchungen belegen: Eine gut trainierte Muskulatur ist die Grundvoraussetzung für einen fitten Körper und minimiert gleichzeitig das Krankheitsrisiko. Der Grund: „Aktive Muskeln halten gesund, leistungsfähig und stärken so das Immunsystem“, sagt erklärt Ulrike Engelstädter, Physiotherapeutin im vispo | Zentrum für Vitalität & Sport. Auch Alterungsprozesse lassen sich durch Sport eindämmen. Gezielte Bewegung mit individuell abgestimmten Übungen verbessert darüber hinaus die Lebensqualität. Bei Problemen mit der Wirbelsäule, bei Gelenkerkrankungen, Arthrose, Osteoporose oder für Patienten mit künstlichen Hüftgelenken ist Rehabilitationssport deshalb eine ausgezeichnete Möglichkeit, um fit und beweglich zu bleiben.

Aus gutem Grund wird Rehasport vom Gesetzgeber als „Hilfe zur Selbsthilfe“ verstanden. Stellt der Arzt die medizinische Notwendigkeit dafür fest, übernimmt die Krankenkasse nach Genehmigung im Regelfall die Kosten von 50 Übungseinheiten in 18 Monaten und bei chronischen Krankheiten sogar von 120 Übungseinheiten in 36 Monaten.

Ab November 2013 wird Rehasport auch im vispo | Zentrum für Vitalität & Sport angeboten. „Die Übungseinheiten finden in Form von Gruppengymnastik in unserem Kursraum statt“, erklärt Ulrike Engelstädter. Die Physiotherapeutin ist in Regensburg keine Unbekannte. Schon zwischen 2008 und 2011 war die 35-Jährige am vispo | Zentrum für Vitalität & Sport tätig. Nach einer Auszeit in Ulm leitet sie gemeinsam mit Rouven Fischer seit Oktober den Bereich „Medical Fitness“ im vispo.

Das Rehasport-Idee passt perfekt zur vispo-Philosophie: Intensive Betreuung als Schlüssel für ein erfolgreiches Training ohne Risiko für die Gesundheit der Patienten. Der Trainingsschwerpunkt im vispo liegt auf bewusstem Muskelaufbau- und gezieltem Herz-Kreislauf-Training. Als einziger Anbieter in Regensburg ermöglicht das vispo ein individuelles, chipkartengesteuertes Training mit den innovativen „TrainTec“-Geräten des Trainingsgeräteherstellers milon.

Auch beim Rehasport bleibt das vispo seiner Philosophie natürlich treu. Obwohl der Gesetzgeber bis zu 18 Teilnehmer pro Gruppe zulässt, senkt das vispo die Teilnehmerzahl auf 12, um eine möglichst gute und individuelle Betreuung ermöglichen zu können. Beim Rehasport-Training werden unter Berücksichtigung der jeweiligen Beschwerden individuelle Übungen zur Verbesserung der Herz-Kreislauf-Funktion, der muskulären Stabilisierung, Kräftigung und Beweglichkeit durchgeführt. „Speziell dafür ausgebildete Therapeuten kümmern sich in den Gymnastikeinheiten um die Gesundheit und das Wohlbefinden der Kurteilnehmer“, beschreibt vispo-Fitness- und Ernährungstrainer Rouven Fischer das Konzept.

Weitere Informationen und Anmeldungen für Rehasport im vispo | Zentrum für Vitalität & Sport unter Telefon 0941 – 708 12 850.

Das Facharztzentrum Regensburg

Das Facharztzentrum Regensburg vereint renommierte Mediziner verschiedener Fachrichtungen und Services rund um die Gesundheit an einem Ort: Allgemeinmedizin, Augenheilkunde, Gastroenterologie, Hämatologie, Onkologie, Palliativmedizin, Kardiologie, Mund-Kiefer-Gesichtschirurgie, Neurologie und Psychiatrie, Orthopädie, Chirurgie, Radiologie, Strahlentherapie, ein Zentrum für Fruchtbarkeitsmedizin sowie ein Plasmazentrum samt Blutspendedienst. Auch das vispo-Zentrum für Vitalität und Sport und das Physiotherapiezentrum St. Josef sind im Facharztzentrum Regensburg untergebracht. Für die Zeit vor und nach dem Arztbesuch wartet in der entspannenden Atmosphäre des lichtdurchfluteten Atriums ein gemütliches Café-Bistro. Eigentümer des Facharztzentrums Regensburg ist die HAMBORNER REIT AG. Das Immobilienunternehmen mit Sitz in Duisburg investiert seit vielen Jahren in attraktive Gewerbeimmobilien in Deutschland. Nach der Maxime „Zukunft braucht Substanz“ ist

die HAMBORNER REIT AG vor allem am Werterhalt ihres Immobilienportfolios interessiert.

Benötigen Sie Bildmaterial? Wir helfen Ihnen gerne weiter.

Pressekontakt:

Alexandra Goldfuss

Telefon: (089) 22 80 27 70

E-Mail: presse@facharztzentrum-regensburg.de