



NEUE LUNGENSport-GRUPPE

Derzeit noch freie Plätze: wöchentlich freitags | 14 Uhr

Lungen-Reha-Sport ist gezielt auf chronisch obstruktive Atemwegs- und Lungenkrankheiten ausgerichtet. Hierzu zählen beispielsweise:

- COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung),
- Asthma Bronchiale (chronische Erkrankung der Atemwege)
- Mukoviszidose (angeborene Stoffwechsel-Erkrankung) etc.

Spezielle Übungen sollen helfen, Ihre Atemmuskulatur zu unterstützen. So wird eine Atem-Erleichterung im Alltag geschaffen.

Der Weg zum Lungensport

Hierfür füllt Ihr Arzt mit Ihnen einen „Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport“ (Formular 56) aus. Hier wird angekreuzt, ob der Rehabilitationssport für das entsprechende Krankheitsbild notwendig ist. Im Regelfall werden 50 Einheiten in 18 Monaten oder 120 Einheiten in 36 Monaten bei der Krankenkasse beantragt. Mit dem ausgefüllten Antrag melden Sie sich erst bei uns im Präventions- und Fitness-Zentrum an:

Tel. 03695/ 6934-30 oder per E-Mail an fitness@solewelt.de

Danach stellen Sie, mit dem bereits gebuchten Kursplatz, den Antrag bei Ihrer Krankenkasse.

Rücken stärken mit Krankenkassen-Unterstützung

Für Rückenschmerzen gibt es viele Ursachen:

- Bewegungsmangel
- Fehlbelastungen
- Stress usw.

Machen Sie Ihren Rücken stark. Ihre Krankenkasse unterstützt Sie und zahlt zum 10er-Rückenschul-Kurs zirka 80 Euro zu. Nachfragen lohnt sich. Wir haben im März noch freie Kurs-Plätze mit folgenden Start-Terminen:

montags ab 16. März, jeweils 17 Uhr

mittwochs ab 18. März, jeweils 10 Uhr

donnerstags ab 19. März, jeweils 10 Uhr

Kursanmeldung in der SOLEWELT: Tel. 03695/ 6934-0 oder E-Mail an info@solewelt.de



Klangschalen-Entspannung in der Totes-See-Salzgrotte

Mittwochs jeweils 18 Uhr am: 4., 11., 18. und 25. März 2020

Lauschen Sie den beruhigenden Tönen der Klangschalen. Die gesamte Kurs-Dauer beträgt 45 Minuten. Davon werden 30 Minuten die Schalen angeschlagen. Weitere 15 Minuten sind zum Nachruhen.

Gleich anmelden:

Telefon: 0 36 95 / 69 34-0 oder oder per

E-Mail an info@solewelt.de

EINLADUNG ZUR DRK-BLUTSPENDE



Jede Spende zählt. Der DRK Kreisverband Bad Salzungen e. V. lädt zur Blutspende in der SOLEWELT ein.

Bitte bringen Sie als Erstspender Ihren Personalausweis bzw. als aktiver Spender Ihren Blutspendeausweis mit.

Herzlichen Dank!

Termin: Di, 7. April 2020

von 16:30 bis 19:30 Uhr

Ort: SOLEWELT Atrium

(Freies Parken auf dem SOLEWELT - Parkplatz)



www.drk-badsalzungen.de | Tel.: 03695 / 8762-0