

## Keine Angst vor der Qual der Wahl

Der BVS Bayern ist mit seinen Gruppen  
Ihr kompetenter Ansprechpartner in  
Sachen Rehabilitationssport.

**Wir schulen und qualifizieren  
Übungsleiter\*innen in ganz Bayern.**



## Rehasport wird von den Krankenkassen zu 100 % bezahlt!

In der Regel erhalten Sie von Ihrem Arzt ein Formular  
für Rehabilitationssport oder für Funktionstraining. Sie  
reichen es bei Ihrer Krankenkasse ein.

Nach Bewilligung des Formulars suchen Sie sich nur noch  
Ihre Rehasport-Gruppe aus und schon kann's losgehen.

Eine Mitgliedschaft in unseren Partnervereinen ist  
wünschenswert und bietet weitere Vorteile.



„ Zuerst bin ich „nur“ zur  
Krebsnachsorge gegangen.  
Jetzt bleibe ich dabei – mir geht's gut,  
ich fühle mich super betreut und bin  
wieder mittendrin im Leben.

NR201019



Ihr Rehasport-Angebot vor Ort  
[www.bvs-bayern.com/rehasport](http://www.bvs-bayern.com/rehasport)

Mehr Informationen zu unseren Gruppen,  
zu allen Indikationen und den Rehasport-  
Angeboten finden Sie auf  
[www.bvs-bayern.com](http://www.bvs-bayern.com)



**BEHINDERTEN- UND REHABILITATIONS-  
SPORTVERBAND BAYERN e. V.**

Dachverband für Behindertensport  
Fachverband für Rehabilitationssport

Georg-Brauchle-Ring 93 · 80992 München · Telefon: 089 544189-0



# REHASPORT

QUALIFIZIERT  
VIELSEITIG  
VOR ORT



## Bei unseren Gruppen sind Sie im Rehasport in den besten Händen

Dort finden Sie Angebote für Erkrankungen wie Asthma, viele orthopädische Erkrankungen, Diabetes, Herzerkrankungen, cerebrale Erkrankungen, geistige Behinderungen, Krebs, Multiple Sklerose, Parkinson, Sehbehinderung u.v.a., für Erwachsene ebenso wie für Kinder.

## Das alles können Sie bei unseren Gruppen machen

Gymnastik – auch im Wasser, Leichtathletik, Schwimmen und Bewegungsspiele in Gruppen gelten als Rehasportarten, soweit die Übungen das Ziel Ihrer sportlichen Rehabilitation unterstützen. Aus anderen Sportarten, z.B. Schwimmen und Entspannungstechniken, können Übungen in die Stunden eingebunden werden.



”

*Sport im Alter?  
Geht prima. Ich bleibe  
fit und noch lange  
selbstständig.*

## REHASPORT IN IHRER NÄHE

[www.bvs-bayern.com/rehasport](http://www.bvs-bayern.com/rehasport)



”

*Sport war nie mein Ding.  
Das Herz-Kreislauftraining  
schützt meine Gesundheit –  
es macht Spaß, und ich habe  
viele neue Freundschaften  
geschlossen.*



## Weil Sport Spaß macht

Rehasport hilft Ihnen dabei, Ihre Ausdauer und Kraft zu verbessern und Ihre Beweglichkeit zu stärken. Aber er baut auch Ihr Selbstvertrauen auf, bietet Hilfe zur Selbsthilfe und zeigt Ihnen, was Sie langfristig für Ihre Gesundheit tun können.

Gemeinsam mit anderen können Sie den Verlauf Ihrer Krankheit und Ihren Heilungsprozess positiv beeinflussen. Vor allem: Rehasport macht Spaß! Denn unsere Übungsleiter\*innen bieten abwechslungsreiche Kurse an und gehen auf die Teilnehmer\*innen besonders ein.

In den Gruppen trainieren in der Regel 15 Teilnehmer\*innen, je nach Sportart. Eine **Übungseinheit** dauert in der Regel **45 Minuten**. Die **Rehasport-Verordnungen** sind immer zeitlich begrenzt.

## Sport ist gesund und hält uns jung

Das ist nicht nur ein Liedtext, das ist erwiesen. Sport beugt Erkrankungen vor und Sport unterstützt Sie dabei, nach oder auch mit einer Erkrankung im Alltag Fuß zu fassen.

## Wir sind mehr als Rehasport

Der BVS Bayern kann mehr als Rehasport. In unseren Vereinen gibt es – fast – keine Sportart, die es nicht gibt.

Immer inklusiv, d. h. für Menschen mit und ohne Behinderung.



Blindenfußball · Schwimmen  
Rollstuhlbasketball · Tennis  
Bogenschießen · Klettern  
Radsport · Rudern · Golf  
Segeln · Ski Nordisch  
Ski Alpin · Tischtennis  
Boccia · Para Radsport  
Blasrohrschießen

Und das sind längst nicht alle. Mehr finden Sie auf unserer Homepage:

[www.bvs-bayern.com](http://www.bvs-bayern.com)

Der BVS Bayern ist **einer der größten Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbände in Deutschland**.

Mit mehr als **35.000 Mitgliedern** in über **500 Vereinen** deckt der BVS Bayern ein breites sportliches Spektrum ab – von der Vorbereitung der Nachwuchsathleten auf die Paralympics, über inklusive Jugendfreizeiten und Sportfeste für Menschen mit und ohne Behinderung, bis hin zum Rehabilitationssport.

Seine Aufgabe ist es, den Inklusionsgedanken im Sport weiter zu verbreiten, um für Menschen mit Behinderung wohnortnahe Sportmöglichkeiten in allen Sportvereinen zu schaffen.

Dabei unterstützt ihn eine Vielzahl ehrenamtlicher Mitarbeiter\*innen auf Landes- und Bezirks-ebene.

