



**REHA - Sport, ich bin dabei!**

## **Inhaltliches zur Sportstunde**

Jede Sportstunde ist mit Sicherheit eine ganz Besondere und jede Einheit stellt eine neue Herausforderung dar.

Das Ausloten der Bedürfnisse eines jeden Einzelnen in seiner Individualität und Persönlichkeit erfordert viel Einfühlungsvermögen, Kenntnis des Störungsbildes, Fingerspitzengefühl, Empathie, Wertschätzung aber auch ein gewisses Maß an Konsequenz.

Aufgabe der Übungsleiter ist zunächst eine Beziehungsebene zu den Menschen aufzubauen, denn nur auf der Basis von Vertrauen und Sicherheit können auch vorsichtige, ängstliche Menschen an Bewegungsaufgaben herangeführt werden.



## **Ist das was für mich?**

### **Sport für Menschen mit geistiger Behinderung**

Unsere Gruppen bestehen aus Menschen mit einer geistigen Behinderung, die sich regelmäßig treffen, um gemeinsam Sport zu treiben. Gerne können sich auch noch andere Sportinteressierte hinzugesellen und an diesem Angebot teilhaben möchten.



## **REHA-Sport**

2 Gruppen mit ca. 30 Teilnehmer/innen  
freitags in der Oststraße

Gruppe 1: 16.00 Uhr – 16.45 Uhr

Gruppe 2: 16:45 Uhr – 17.30 Uhr

Tel. 02 09 / 14 23 51



Reinhold Grobe  
Heilerziehungspfleger  
Motopäde

Fachübungsleiteri Rehabilitationssport  
Übungsleiter Breitensport C + B



## Gelsenkirchener Werkstätten REHA-Sport

8 Gruppen mit ca. 80 Teilnehmer/innen



**Astrid Grobe**

Fachübungsleiterin Rehabilitationssport  
Übungsleiterin Breitensport C + B  
Selbstbehauptung und  
Selbstverteidigungstrainerin  
Entspannungs- und Achtsamkeitstrainerin



## Ich will Reha-Sport machen!

Sie haben lediglich 3 kleine Schritte  
zu tun:

1. Kommen Sie einfach bei uns vorbei und machen ein kostenloses „Schnuppertraining“.
2. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt eine Verordnung geben (Reha - Sport darf von jedem niedergelassenen Arzt verordnet werden)
3. Lassen Sie bitte die Verordnung (auch "Muster 56" genannt) von Ihrer Krankenkasse genehmigen (Die Krankenkassen sind aufgrund der Gesetzgebung verpflichtet, diesen Antrag anzunehmen.)



### Kontakt:

0209/142351 oder  
astrid\_grobe@yahoo.de

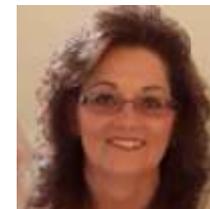
mittwochs in der GGS an der Erzbahn,  
Vandalenstr. 43  
18:00 Uhr – 18:45 Uhr Kinder/Jugendliche



**Gabriele Glittenberg mit Nicole**

Fachübungsleiterin Rehabilitationssport  
Entspannungs- und Achtsamkeitstrainerin

18:45 Uhr – 19:30 Uhr Erwachsene



Tel. 01 57 56 64 09 49

**Gabriele Glittenberg  
mit Nicole**