

## **Rehasportkurse Orthopädie der TG Nürtingen beginnen wieder am 07. November 2024**

Die Turngemeinde Nürtingen freut sich, bekannt zu geben, dass ab dem 07. November 2024 wieder Rehasportkurse Orthopädie angeboten werden. Unter der neuen Leitung von Sabine Zöberer wird es zwei Gruppenkurse geben, die speziell für Personen mit gesundheitlichen Beeinträchtigungen des Bewegungsapparates, wie z.B. Hüfte, Knie und Rückenproblematiken, geeignet sind:

- **Gruppenkurs 1:** Für Personen mit starken Einschränkungen des Bewegungsapparates, die nur Übungen im Sitzen und Stehen ausführen können. **Start: 07. November 2024 von 15:15 bis 16:15 Uhr**
- **Gruppenkurs 2:** Für Personen mit leichten Einschränkungen des Bewegungsapparates, die auch Übungen auf einer Sportmatte ausführen können. **Start: 07. November 2024 von 16:30 bis 17:30 Uhr**

Die Gruppenkurse finden in der **Friedrich-Glück-Halle, Denkendorfer Weg 12, 72622 Nürtingen**, statt.

Die Teilnahme an den Rehasportkursen Orthopädie ist **kostenfrei**, da die Krankenkasse die Kosten übernimmt. Für AOK-Versicherte Teilnehmer gibt es eine wichtige Neuerung: Sie benötigen keine Genehmigung von ihrer Krankenkasse. Teilnehmer anderer Krankenkassen sollten eine Genehmigung einholen.

Die Teilnehmer werden gebeten, eine Sportmatte, ein Handtuch, Getränke und saubere, stabile Sportschuhe mitzubringen. **Eine Anmeldung ist erforderlich. Sie können sich telefonisch unter 07022 33610 oder per E-Mail an [info@tgnuertingen.de](mailto:info@tgnuertingen.de) anmelden.**

Weitere Informationen sind unter [www.tgnuertingen.de](http://www.tgnuertingen.de) verfügbar.