

## Was ist Reha-Sport?

Reha-Sport (Rehabilitationssport) ist ein ärztlich verordnetes Bewegungstraining, das gezielt auf Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen abgestimmt ist. In Gruppen trainieren Sie unter fachlicher Anleitung, um Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination zu verbessern. Ziel ist es, Ihre Gesundheit zu stärken, um den Alltag wieder besser zu meistern.

Die Teilnahme erfolgt mit ärztlicher Verordnung und wird von der Krankenkasse übernommen. Anleitung durch qualifizierte Trainerinnen und Trainer.

ärztliche Betreuung durch :  
MVZ Medzentrum Roth – Fr. Bloos – Unfallchirurgie



**TSG 08 Roth e.V.**



**Ansprechpartnerin: Lilly Grabendorfer**

**TSG 08 Roth e.V.**

**Ostring 28, 91154 Roth**

**09171 63569**

**info@tsg08-roth.de**

**www.tsg08-roth.de**

**Öffnungszeiten der Geschäftsstelle**

**Dienstag: 08:30 – 15:00 Uhr**

**Mittwoch: 08:30 – 13:00 Uhr**

**Donnerstag: 08:00 – 17:00 Uhr**

## Reha-Sport



**TSG 08 Roth e.V.**

**Mehr Beweglichkeit  
im Alltag**

**NEUE TERMINE!**



designed by freepik

## Termine

**Mittwoch,**  
**Gruppe 1: 18:30 Uhr – NEU**  
**Gruppe 2: 19:15 Uhr – NEU**

**Donnerstag,**  
**Gruppe 1: 09:15 Uhr – NEU**  
**Gruppe 2: 10:15 Uhr**  
**Gruppe 3: 11:15 Uhr**  
**Ort: TSG 08 Roth**

**Dauer: 45 Min pro Einheit**

**Teilnahme ohne  
 Mitgliedschaft möglich**

Stand Januar 2026

## IN DREI SCHRITTEN ZUM REHASPORT



**1.**  
**Ärztliche Verordnung**  
**ausstellen lassen**  
**( Reha-Sport: Orthopädie )**



**2.**  
**Verordnung durch die**  
**Krankenkasse**  
**genehmigen lassen**



**3.**  
**Kontaktaufnahme**  
**mit uns**

## Mehr Beweglichkeit im Alltag

## Bereich Orthopädie

**Fördern Sie Ihre Gesundheit  
bei/nach:**

- **Beschwerden**
- **Operationen**
- **Chronischen**  
**Erkrankungen**  
**(Arthrose/**  
**Rückenschmerzen/**  
**Gelenkprobleme)**
- **Übergewicht**
- **Vielsitzer**
- **Sporteinsteiger**
- **Wiedereinstieg nach**  
**längerer Pause**