

# REZEPT FÜR BEWEGUNG

**Regelmäßige körperliche Aktivität tut Ihnen und Ihrer Gesundheit gut!**



Name, Vorname der\*des Versicherten

geb. am

Datum

## Ich empfehle Ihnen ein Training mit folgendem Schwerpunkt:

- Herz-Kreislaufsystem
- Haltungs- und Bewegungssystem
- Stressbewältigung und Entspannung
- Allgemeines Gesundheitstraining

## Hinweise an die Übungsleitung:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Bewegung kann Krankheiten des Herz-Kreislauf- und des Stoffwechselsystems sowie des Bewegungsapparates verhindern und zur Entspannung beitragen. Daher empfehle ich Ihnen die Teilnahme an einem Angebot, das mit dem Qualitätssiegel **SPORT PRO GESUNDHEIT** zertifiziert ist. Die Teilnahme an diesen qualitätsgesicherten Kursen der Sportvereine kann von den meisten Krankenkassen finanziell gefördert werden – informieren Sie sich dort über Einzelheiten!

Darüber hinaus empfehle ich, täglich mehr Bewegung in Ihren Alltag zu integrieren!

Eine gemeinsame Initiative von



Stempel und Unterschrift  
Arzt\*Ärztin

Sie haben die ärztliche Empfehlung, an einem **SPORT PRO GESUNDHEIT**-Angebot teilzunehmen. Sämtliche Angebote in Ihrer Nähe finden Sie im Internet unter: [suche.service-sportprogesundheit.de](http://suche.service-sportprogesundheit.de)

**Sollten Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an:**

**Badischer Sportbund Nord e. V.**

Diana Marušić  
Tel.: 0721/1808-29  
d.marusic@badischer-sportbund.de

**Badischer Sportbund Freiburg e. V.**

Julia Willeke  
Tel.: 0761/15246-11  
j.willeke@bsb-freiburg.de

**Württembergischer Landessportbund e. V.**

Pamela Drexler  
Tel.: 0711/28077-169  
pamela.drexler@wlsb.de



**Mitteilung der Übungsleitung an den\*die Arzt\*Ärztin:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**Ihr\*e Patient\*in hat an unserem Bewegungsangebot teilgenommen.**

Stempel und Unterschrift des Vereins