

Erfolg mit Rehatrain – Programm im Reha-Sport-Bildung e.V. in Dresden Bühlau

Seit geraumer Zeit schon setzt man im Reha-Sport-Bildung e.V. in Dresden-Bühlau auf das einzigartige Rehatrain Konzept und erschließt sich damit immer mehr Begeisterung unter den Mitgliedern, welche diese Kurse besuchen. Rehatrain – das ist ein computergestütztes Trainingsprogramm, kombiniert mit neuen Trainingsprinzipien, welche die Durchführung und Effizienz von Rehabilitationssport laut Rahmenvereinbarung für Übungsleiter einfacher und für Sportler / Patienten attraktiver macht. Hierbei werden Übungen individuell angepasst und jeder Teilnehmer trainiert in 12 Levels genau das, was er gerade braucht. Im Ergebnis hat der Übungsleiter auf einfache Weise ein indikationsgerechtes Training für alle Gruppen sowie krankheitsspezifische Übungen mit durchdachten Steigerungen. Nähere Infos hierzu auch unter: www.rehatrain.de



Fotos: Teilnehmer von rehatrain mit ihren individuellen Trainingsplänen & Beispielplan

