

Rehabilitationssport WAS IST DAS?

Suchen Sie nach einer unterhaltsamen und effektiven Möglichkeit, sich von einer Verletzung zu erholen oder Ihre körperlichen Fähigkeiten zu verbessern? Dann sind Sie beim Rehabilitationssport genau richtig! Unser Team aus fachkundigen Trainern und Übungsleitern erstellt gemeinsam mit Ihnen einen persönlichen Plan, der auf Ihre individuellen Bedürfnisse und Ziele zugeschnitten ist.

SPÜRBARE ERFOLGE

- Verbesserte Balance
- Kraftaufbau
- Bessere Koordination
- Mehr Flexibilität
- Gesteigerte Ausdauer



Wir sind für Sie da SO ERREICHEN SIE UNS

Reboot Fitness
Hauptstraße 42
92237 Sulzbach-Rosenberg



Barrierefreiheit



- 100 m² Kursraum im EG
- Behindertengerechte Parkplätze
- Barrierefreier Eingang

KONTAKT

- ✉ office@rebootfitness.de
- ☎ 0173 513 163 8
- 🌐 www.rebootfitness.de



REHA SPORT

REBOOT
FITNESS

Starte dein neues Ich

Erkrankungen SCHWERPUNKTE



Erkrankungen der Gelenke & Knochen

Rheuma, Arthritis, Arthrose, Stütz- und Bewegungsapparat, Osteoporose, Morbus Bechterew



Erkrankungen der Wirbelsäule

Bandscheibenvorfall, Hohlkreuz, Wirbelsäulenverkrümmung, Multiple Sklerose (MS), Rollstuhlfahrer

Ganz gleich, ob Sie sich von einer Krankheit bzw. Verletzung erholen oder Ihre allgemeine körperliche Fitness verbessern möchten - unser umfassender Rehabilitationsansatz hilft Ihnen dabei, Ihr volles Potenzial auszuschöpfen. Von Kraft- und Herz-Kreislauf-Training bis hin zu Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen



Unsere Ziele IHRE ERFOLGE



- Steigerung der körperlichen Fitness
- Schmerzlinderung
- Dehnung, Mobilisierung und Kräftigung der Muskeln und Gelenke
- Stärkung der Knochen
- Erhöhte Flexibilität und Beweglichkeit
- Verbesserte Stabilität und Körperhaltung

MEHR ALS NUR REHA-SPORT!

Mit Reboot Fitness haben Sie eine vielfältige Auswahl an Angeboten, wie:

- Yoga
- Aerobics
- Verschiedene Sportkurse
- Cardio (an Geräten)
- Ernährungsberatung



Sprechen Sie uns an!



Sport nach einer Krebserkrankung (Krebsnachsorge)

- Energie gewinnen
- Kraft aufbauen
- Freude am Leben
- Gestärktes Körpergefühl
- Mehr Wohlbefinden



www.rebootfitness.de



Ihr Ansprechpartner:
Bianca Engler

DOSB lizenzierte Reha-
Sport Übungsleiterin