

Waldsassen Anzeiger

Juni 2022

Auflage 5.900 Exemplare

Von Links: Edith Balk, Iris Heinrich und Eva Ristl

Der BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V

Reha-Sporttrainiert den gesamten Körper und soll nach einer Erkrankung/Operation die frühere Belastbarkeit wiederherstellen. Aber auch Kinder mit Haltungsschwächen und Koordinationsproblemen können damit ihre Fitness verbessern und ihr Selbstvertrauen stärken!

In jeder Lebensphase mit Freude fit und gesund bleiben! Unter diesem Motto setzt sich der BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V. seit 48 Jahren mit seinen Angeboten für die Gesundheit der Menschen in der Stadt Waldsassen und dem Stiftland ein.

„Wir haben dem allgemeinen Bewegungsmangel den Kampf angesagt“, erklärt der Vorstand Engelbert Franz stolz. „Wir setzen da an, wo es im allgemeinen mangelt, nämlich an einem niederschwelligem Sportangebot für Menschen jeden Alters, die körperlich wieder aktiver werden möchten. Niemand sollte sich auf seinen Lorbeeren ausruhen, auch wenn viele durch Stress im Beruf, einen Unfall oder Krankheit einige oder längere Zeit eine sportliche Zwangspause einlegen mussten.“

Der BVS-Sportverein Waldsassen bietet eine breite Auswahl an Rehasport und Prävention an. Je nach persönlicher Vorliebe gibt es Angebote im Wasser (Wassergymnastik), in der Turnhalle (Gymnastik, Herzsport und Flugball) und natürlich auch an der frischen Luft (Nordic Walking). Bei allem steht aber die Freude an der Bewegung und der Austausch mit Gleichgesinnten im Mittelpunkt.

Tragende Säulen der gesundheitsfördernden Angebote sind dabei nicht zuletzt die drei engagierten Übungsleiterinnen: Edith Balk, Eva Ristl und Iris Heinrich. Jede von ihnen ist eine qualifizierte Übungsleiterin und führt mehrere unterschiedliche Rehasport Übungsgruppen. Der durch den Arzt verordnete und durch die Krankenkasse bezahlte Rehasport ist aber nur ein Teil des sport-

lichen Angebots des Vereins. Neben dieser wichtigen Arbeit, bietet der Reha-Sportverein auch allgemeine sportliche Erlebnisse an. Allen voran sind das zum Beispiel der Mannschaftssport Flugball und das Nordic Walking, das am Waldlehrpfad in der Schützenstraße stattfindet, zu nennen. Viele sind überrascht wie viel Spaß vor allem der relativ unbekannt

Mannschaftssport Flugball macht. Er ist dem Volleyball sehr ähnlich und wird in gemischten Teams aus Frauen und Männern gespielt.

Als eine starke Gemeinschaft entwickelt sich der Verein stets weiter und plant bereits für den kommenden Herbst, ein spezielles und für unsere Region wohl einmaliges Projekt, in Form einer Rehasport Kindergruppe. Dieses

Angebot richtet sich an Kinder im Grundschulalter, die durch Bewegungsmangel und zu viel Medienkonsum bereits an Rücken- und Kopfschmerzen leiden und dadurch Koordinationsprobleme und Haltungsschwächen entwickelt haben. Hier setzt der Rehasport gezielt an. Gerade in diesem Alter steht die ganzheitliche Förderung im Vordergrund. Spielerische Übungen zur Haltungsschulung, Fein- und Grobkoordination sowie zur Verbesserung von Balance und Körpergefühl kommen zum Einsatz. Dieses Angebot verbessert nicht nur die Fitness, es stärkt auch das Selbstvertrauen der Jüngsten.

Denn Bewegung macht Kinder nicht nur gesünder, sondern auch schlauer, wie viele wissenschaftliche Untersuchungen zu diesem Thema gezeigt haben. Bei Interesse können sich Eltern, Lehrer und Ärzte direkt an die durchführende Übungsleiterin Frau Iris Heinrich Tel: 09632/915620 <https://iris-heinrich.de/> wenden.

Für nur 25 Euro Mitgliedsbeitrag im Jahr bietet der Reha-Sportverein rund um das Jahr viele weitere unterschiedliche Aktivitäten an, wie beispielsweise kleine Geschenke zu verschiedenen Anlässen, gemeinsame Ausflugsfahrten und Feste.

Mit dem BVS-Reha-Sportverein Waldsassen gelingt der Wiedereinstieg in ein aktives und gesünderes Leben. Es ist nie zu spät oder zu früh, etwas Neues auszuprobieren! Entscheidend ist die Einstellung und der Wille etwas verbessern zu wollen. Der Verein unterstützt jeden bei dem Vorhaben gesund und fit zu werden. Melden Sie sich einfach beim BVS-Reha-Sportverein Waldsassen - gemeinsam packen wir es an!

Weiter geht es mit dem

BVS-Reha-Sportverein auf Seite 2 >

Festival EUROPA

24.-26. Juni 2022

OPEN-AIR WOCHENENDE

an der **Stiftsbasilika WALDSASSEN**

FR 24. JUNI DIE GOLDEN GLITTER BAND Eintritt frei!

SA 25. JUNI KELLER STEFF BIG BAND

SO 26. JUNI BEETHOVENS NEUNTE

waldsassen.de

Finanziert von der Europäischen Union

Reha-Sport und Funktionstraining

Was genau versteht man unter Rehasport und welche Ziele hat er?

Rehasport ist die Kurzform von Rehabilitationssport. Eine ergänzende gesundheitsfördernde Leistung zur Rehabilitation z.B. nach einem Klinikaufenthalt und begleitend oder zusätzlich zu anderen Maßnahmen in der Gesundheitsfürsorge, wie beispielsweise die Physiotherapie. Rehasport vervollständigt damit auf sinnvolle Weise die ärztliche Behandlung am Wohnort. Er wirkt mit den Mitteln des Sports und sportlich ausgerichteter Spiele ganzheitlich. Wichtige Ziele sind, die Kraft und Ausdauer zu stärken, Koordination und Flexibilität zu verbessern, das Selbstbewusstsein zu stärken sowie Hilfe zur Selbsthilfe zu leisten. Der Rehasport soll u.a. die Eigenverantwortung für Gesundheit erhöhen und dazu motivieren, langfristig sportlich aktiv zu sein.

Wie unterscheidet sich der Rehasport im Vergleich zu anderen Sportangeboten, wie z.B. Sportverein oder Fitnessstudio?

Das Besondere am Rehasport ist, dass er nur in anerkannten und qualifizierten Einrichtungen und Vereinen, wie z.B. dem BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V. durch entsprechend ausgebildete Rehasport Übungsleiter*innen durchgeführt werden darf. Beim Herzsport ist zusätz-

lich immer ein Arzt anwesend. Diese Voraussetzungen erfüllen „normale“ Sportvereine oder Fitnessstudios in der Regel nicht.

Für wen kommt Rehasport in Betracht und wie wird er beantragt?

Grundsätzlich kommt Rehabilitationssport für Menschen jeden Alters in Betracht, die an physischen oder psychischen Einschränkung leiden. Ganz egal, ob diese angeboren sind oder aufgrund gesundheitlicher Folgen wie z.B. nach einem Schlaganfall, Herzinfarkt, einem Unfall oder durch eine Krankheit erworben wurden.

In speziellen Rehasport Übungsgruppen (z.B. einer Herzgruppe) wird unter fachkundiger Leitung von qualifizierten Übungsleiter*innen, die in unterschiedlichen Bereichen wie z.B. der Inneren Medizin oder Orthopädie ausgebildet wurden, ein Gruppentraining durchgeführt.

Für die Teilnahme am Rehasport braucht der Patient zunächst eine Verordnung (Muster 56) seines Haus- oder Facharztes. Nach der Prüfung und Genehmigung durch die Krankenkasse übernimmt die Krankenkasse die Leistung für den Patienten. In der Regel werden 50 Übungseinheiten in 18 Monaten für Rehasport (auch im Wasser) und 90 Übungseinheiten in 24 Monaten für Herzpatienten genehmigt.

Die Eghalanda Gmoi z' Waldsassen
trauert um ihre

1. KassiererIn und SchriftführerIn

Frau

**Hannelore
Quort**

die am 04. Mai 2022 im
Alter von 75 Jahren verstorben ist.

Wir werden ihr Andenken immer in
Ehren und guter Erinnerung halten.

Bad Neualbenreuth, im Mai 2022



Josef Heinz, 1. Vüarstaiha

Feines von A. Z. Duftig frische Weine!!

ACHATZ Weinhandel

Sekt und Champagner
Spirituosen- und Likörspezialitäten
Lindt-Schokoladen & Pralinen
Präsente & Geschenkgutscheine

prickelnde Sommertänzer
Prosecco u. Frizzante
weiß - rose - alkoholfrei

Kolpingstr. 2a
Eingang Karolinenstr. Tel. 09632/1386 Handy 015155717993
95652 Waldsassen Fax 09632/1081 weinkeller.achatz@gmx.de

Übungsgruppen des BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V.

Rehasport Innere Medizin

Herz- u. Kreislaufkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes, Adipositas, Rheuma, Lungensport - Asthma, chronische Bronchitis, COPD

HERZSPORT

mit Übungsleiterin Eva Ristl (und Betreuung durch einen Arzt) (Schwerpunkt: Herz- u. Kreislaufkrankungen, Bluthochdruck)
Wann: Di, 17:00 bis 18:00 Uhr
Wo: Klosterturnhalle Waldsassen

GYMNASTIK

mit Übungsleiterin Iris Heinrich (Schwerpunkt: Diabetes; Adipositas u. Lungensport - Asthma, chronische Bronchitis, COPD)
Wann: Do, 18:15 bis 19:00 Uhr (ab Juni 2022)
Wo: Klosterturnhalle Waldsassen

Rehasport Orthopädie

(Auswahl):
Schulterprobleme, Rotatorenmanschetten-Ruptur, Hüft-, Knieprobleme, Knorpelschäden, Arthrose, Osteoporose, künstliche Gelenke, Implantation künstlicher Hüftgelenke, Rücken- u. Wirbelsäulenerkrankungen, Hals-, Brust oder Lendenwirbel-Syndrom, Erkrankung des Gelenk- u. Bandapparates, Erkrankungen der Schulter (PHS), Epicondylitis (Tennisarm), sowie Krebsnachsorge u.v.m.

WASSERGYMNASTIK

mit Übungsleiterin Edith Balk
Wann: Montag 14:30 bis 15:00 Uhr
Wo: Sibyllenbad Bad Neualbenreuth

WASSERGYMNASTIK

mit Übungsleiterin Eva Ristl
Wann: Mittwoch 15:30 - 16:00 Uhr
Wo: Sibyllenbad Bad Neualbenreuth

GYMNASTIK

mit Übungsleiterin Iris Heinrich (Schwerpunkt: Rücken- u. Gelenkerkrankungen u. siehe Oben)
Wann: Don. 17:15 bis 18:00 Uhr
Wo: Klosterturnhalle Waldsassen

Allgem. Präventionsport

Angebot für alle Vereinsmitglieder, auch ohne medizinische Verordnung.

FLUGBALL

mit Übungsleiterin Iris Heinrich
Wann: Mi, 18:30 - 20:00 Uhr
Wo: Turnhalle der Mittelschule Waldsassen

NORDIC-WALKING

mit Übungsleiterin Edith Balk
Wann: Mittwoch
April bis Sept. 9:00 Uhr
Okt. bis März 14:30 Uhr
Wo: Waldlehrpfad Schützenstraße Waldsassen

info@rollo-raab.de · www.rollo-raab.de



markilux Designmarkisen
Die Beste unter der Sonne.
Für den schönsten Schatten.



Fenster · Türen · Rollläden
Markisen · Sonnenschutz · Kurbelstark
95652 Konnersreuth · Gesteiner Straße 59
Tel. 09632/923100 · Mobil 0171/8149547

A.G.W.
Annahmeschluss für
die Juli-Ausgabe
Di, 14. Juni 2022
Erscheinungstermin:
Sa, 25. Juni 2022

BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V.

Der BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V. ist mit seinen rund 260 Mitgliedern seit 48 Jahren ein zertifizierter Anbieter von Rehasport im Stiftland.

Gegründet wurde der Verein am 04. April 1974 zunächst als Behinderten und Versehrten-Sportverein. Anfangs wurde nur Kegeln und Wassergymnastik angeboten. Im Juni 1993 wurde die Herzsport-Gruppe gegründet. Sie war von Herrn Dr. med. Peter Fuchs initiiert worden. Sein Ziel war es, den chronisch Herzkranken auf diese

Weise den Weg in ein „normales“ Leben zu erleichtern.

Die Nordic Walking Gruppe wurde im Anschluß im Oktober 2005 in den Verein integriert.

Am 17.03.2007 fand die Namensänderung in „BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V.“ statt und wurde am 05.04.2007 in das Vereinsregister eingetragen.

Seit März 2014 hat der Verein sein Angebot mit Genehmigung der „ARGE Reha-Sport“ um den Bereich „Orthopädie“ erweitert. Dem Verein wurde im Juli 2015 das Qualitätssiegel „Sport pro Reha“ vom Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) verliehen.

Die drei Übungsleiterinnen des BVS-Reha-Sportverein Waldsassen e.V. besitzen DOSB Lizenzen für die Bereiche Orthopädie und Innere Medizin, welche Morbus Bechterew, Osteoporose, Krebsnachsorge, Herzsport, Lungen- und Diabetikersport mit einschließen. Sie nehmen regelmäßig an Fort- und Weiterbildungen beim Landesverband BVS Bayern Sport & Reha <https://bvs-bayern.com/> teil, der ca. 35.000 Mitgliedern hat und dem mehr als 500 Vereine angeschlossen sind.

Das Rehasport Angebot umfasst insgesamt: Zwei Gruppen



**OPTIK
FUCHS**

Telefon 09632 3631
optik-fuchs-waldsassen@t-online.de
Waldsassen, Prinz-Ludwig-Str. 34
Inh. Thomas Fuchs, Einzelunternehmen

NEU!
Brillenabo! 0%

Ihre Brille entspannt finanzieren

Repräsentatives Beispiel gemäß § 6a Abs. 3 PAngV/Alle Kundenerhalten einen Effektivjahreszins von 0,0% bzw. einen Sollzins von 0,0% (gebunden). Dies entspricht bei einem Nettodarlehensbetrag von 360 Euro einer Monatsrate von 30 Euro bei einer Laufzeit von 12 Monaten. Zu zahlender Gesamtbetrag: 360 Euro. Bonität vorausgesetzt. Vertragspartner ist die Icano Bank (publ), Zweigniederlassung Deutschland, Otto-von-Guericke-Ring 15, 65205 Wiesbaden.



SOMMER-SPECIAL

Der Sommer rückt näher, stärkt euch jetzt bei unserem

ATAMA-Zirkelgeräte Training

10 + 1 gratis 49,00€

Nordic Walking

8 x 60 min. 85,00€

und danach die Seele baumeln lassen bei einer

AROMA-Massage

3 x 50,00€ (statt 60,00€)



Praxis für Physiotherapie
Beatrix Scharnagl

Basilikaplatz 1 · 95652 Waldsassen

Fon: 09632/916161 · www.physiotherapie-scharnagl.de



WHIRLPOOLS

**WELNESS FÜR
HRZHAUSE**



Mit uns beginnt der Badespaß schon ab

6999€

inkl. MwSt zzgl. Liefer- und Installationspaket (auf Anfrage)

**BESUCHEN SIE
UNSERE AUSSTELLUNG**

gerne auch zum Probepaddel!



Schulstraße 12
95652 Waldsassen

Tel: 0963292220
schmeller-whirlpools.com



Wassergymnastik (Sibyllenbad Bad Neualbenreuth), zwei Gruppen Orthopädische Gymnastik in der Halle (Klosterturnhalle Waldsassen), eine Herzsport Gruppe (Klosterturnhalle Waldsassen), eine Flugball Gruppe (Turnhalle Mittelschule Waldsassen) und eine Nordic Walking Gruppe (Waldlehrpfad Schützenstraße Waldsassen).

Für den September 2022 ist eine Rehasport Kindergruppe (Klosterturnhalle Waldsassen) in Planung.

Weitere Infos, Anfragen und Anmeldung zu einem Probetraining bei Engelbert Franz, Telefon 09633 4533 oder unter <http://www.bvs-waldsassen.de>



Wir freuen uns, Ihnen das neue Team der Augenarztpraxis in Waldsassen vorstellen zu dürfen

Alexandra Böhm (Fachärztin für Augenheilkunde),
MUDr. Johannes Kammerer (Bc., FeBo)
und Mitarbeiterinnen der Praxis (v.l.)

Ab sofort können wir die Sprechstunde wieder an allen Werktagen anbieten.

Augenarztpraxis Dr. med. Heinrich Bücherl
Filiale Waldsassen | Prinz-Ludwig-Str. 34 | 95652 Waldsassen
Tel. 09632-1894 | Fax: 09632-915199