

## **Der Weg zum Verein**

Im Juli 2013 startete die erste Reha Sport Gruppe P.W. in der Halle Veltheim unter der Leitung von Doris Franke-Voth.

Unser betreuender Arzt Herr Klaus Grimmelt steht uns seitdem beratend zur Seite.

In den Jahren 2013-2015 entwickelten sich bereits 8 Reha Sport Gruppen an verschiedenen Standorten in Porta.

Weitere Reha Sport Gruppen im Wasser folgten.

Seit Frühjahr 2014 kann der Kursraum des Aktiv Parks in der Hackfeldstr. 61 in PW/Holzhausen als Trainingsort dauerhaft angeboten werden.

Im angrenzenden Praxisraum finden Massage Anwendungen statt.

Damit wurden wir unabhängig von den Ferienzeiten öffentlicher Sportstätten.

Durch das stärker werdende Gesundheitsbewusstsein in der Bevölkerung wuchs auch der Bedarf an passenden Angeboten.

Der Orthopädiebereich wurde um einige Facetten erweitert; neue Schwerpunkte wie Neurologie-Stressreduktion, Hocker- Gymnastik und Becken Boden Training wurden erschlossen.

Ernährungsberatung und Ausdauerseinheiten sind ebenso Bestandteile.

Im März 2015 wurde dieses erfolgreiche Konzept in die Vereinsform gegossen.

Seit dem können auch Präventionskurse (§20, 20a SGB V) angeboten werden.

Das Kursangebot wurde weiter ausgebaut.

Pilates, Yogilates, Faszien Training, Zumba, Tai-Bo, Step Aerobic, progressive Muskelentspannung und Autogenes Training.

Wir arbeiten eng mit Partnern zusammen.

- Salvere Praxis für ganzheitliche Gesundheit (Massagen und Coaching)
- Body & Soul Physiotherapie (Präventionskurse und Krankengymnastik)
- Aktiv Park (Gerätefitness, Solarium, Sauna)

Mittlerweile (Stand: Feb. 2016) nutzen annähernd Zweihundert Teilnehmer regelmäßig das Kursangebot.