



Fit im Alter – die kleine Reha

Verordnungsblatt Eingangsuntersuchung

Name des Patienten:..... Zi.-Nr.:

Aufenthalt von.....bis.....

Bitte wählen Sie **5 Gruppen-Anwendungen pro Woche Aufenthalt** aus.

Anzahl/Priorität

Entspannung

- ? Kreatives Gestalten
- ? Progressive Muskelentspannung nach Jacobson
- ? Autogenes Training

Bewegung und Entspannung

- ? Tai Chi
- ? Qi Gong
- ? Atemgymnastik

Bewegung

- ? Nordic Walking
- ? Orthopädisches Rückenschwimmen
- ? Training für eine stabile Wirbelsäule (trocken + Wasser)
- ? Training für die Halswirbelsäule (trocken + Wasser)
- ? Training für die Bandscheibe (trocken + Schwimmhalle)

Beispielbehandlungsplan für eine Woche

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Ergometer	Ergometer	Ergometer	Ergometer	Ergometer	Ergometer	Ergometer
Gruppe	Gruppe	Gruppe	Gruppe	Gruppe		
Wärme	Bad (Strom)	Wärme	Bad (Strom)			
Massage		Massage				

Dokument-Nr.	Revision	Seite
BD-26	1/11.2008	1 von 1

