



Klinikum Siegen



Klinikum Vital

T-RENA

Trainingstherapeutische Rehabilitations-
nachsorge



Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

Sie haben kürzlich an einer Reha teilgenommen und möchten Ihre Belastbarkeit und körperliche Leistungsfähigkeit weiter steigern? Dann kann das T-Rena-Programm Sie dabei unterstützen.

Die sogenannte trainingstherapeutische Rehabilitationsnachsorge ist ein ambulant durchgeführtes Training zum Muskelaufbau, welches an medizinischen Geräten stattfindet und dessen Kosten von der Deutschen Rentenversicherung getragen werden.

Bei der T-RENA erwarten Sie verschiedenste trainingstherapeutische Methoden, die speziell auf Ihre Bedürfnisse und Ihren Gesundheitszustand abgestimmt sind. Diese umfassen unter anderem ein Kraft- und Ausdauertraining sowie Koordinations- und Beweglichkeitstraining. Unsere kompetenten Physiotherapeuten erstellen für Sie einen individuellen Trainingsplan.

Die Häufigkeit und Dauer des Programms erstreckt sich in der Regel über 6 bis 12 Monate.

- Beginn: frühstmöglich (innerhalb von 6 Wochen) und spätestens 3 Monate nach der Reha
- Termine: 39 Gruppentermine (offene Gruppe bis 12 Personen) plus 1 Einweisungstermin
- Häufigkeit: 1- bis 2-mal pro Woche
- Dauer: 60 Minuten pro Termin

Sie haben konkrete Fragen zur Reha-Nachsorge? Unser Praxisteam Klinikum Vital steht Ihnen gerne zur Seite und beantwortet Ihre Fragen.

Anmeldung / Telefonische Erreichbarkeit:

Montag-Freitag: 8.00 - 12.00 Uhr

Tel. 0271/705-3040