

REZEPT FÜR BEWEGUNG

Regelmäßige körperliche Aktivität tut Ihnen und Ihrer Gesundheit gut!



Bewegung kann Krankheiten des Herz-Kreislauf- und des Stoffwechselsystems sowie des Bewegungssap-
parates verhindern und zur Entspan-
nung beitragen. Daher empfehle ich
Ihnen die Teilnahme an einem An-
gebot, das mit dem Qualitätssiegel
SPORT PRO GESUNDHEIT zertifiziert
ist. Die Teilnahme an diesen quali-
tätsgesicherten Kursen der Sport-
vereine kann von den meisten
Krankenkassen finanziell gefördert
werden – informieren Sie sich dort
über Einzelheiten!

Darüber hinaus empfehle ich, täglich
mehr Bewegung in Ihren Alltag zu
integrieren!

Name, Vorname der*des Versicherten

geb. am

Datum

Ich empfehle Ihnen ein Training mit folgendem Schwerpunkt:

- ☐ Herz-Kreislaufsystem
- ☐ Haltungs- und Bewegungssystem
- ☐ Stressbewältigung und Entspannung
- ☐ Allgemeines Gesundheitstraining

Hinweise an die Übungsleitung:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Eine gemeinsame Initiative von



Stempel und Unterschrift
Arzt*Ärztin

Sie haben die ärztliche Empfehlung, an einem **SPORT PRO GESUNDHEIT**-Angebot teilzunehmen. Sämtliche Angebote in Ihrer Nähe finden Sie im Internet unter:

suche.service-sportprogesundheit.de

Sollten Sie Fragen haben, wenden Sie sich bitte an:

Bayerischer Landes-Sportverband e. V.
Service-Center

E-Mail: service@blsv.de · Telefon: 089 15702-400

Internet: www.blsv.de → Produkte → Sport- und Sozialangebote → Sport und Gesundheit



Haltungs- und
Bewegungssystem



Allgemeines
Gesundheitstraining



Herz-Kreislauf-
System



Stressbewältigung
und Entspannung

Mitteilung der Übungsleitung an den*die Arzt*Ärztin:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ihr*e Patient*in hat an unserem
Bewegungsangebot teilgenommen.