



TRAINIER MIT PHYSIO – KIDS

ZIEL: Trainier mit Physio- Kids ist ein **Gruppentraining im Freien** zur allgemeinen Kräftigung und Verbesserung von Ausdauer sowie Koordination. Es wird gelaufen, gesprungen, geworfen, balanciert, etc. Das individuelle Eingehen auf persönliche Schwächen wird angestrebt. Das Erkennen von persönlichen Fehlhaltungen und Hilfe zur Selbsthilfe sind die Ziele.

ZIELGRUPPE: Kinder von 6-10 Jahren mit und ohne akuten Beschwerden im Bewegungsapparat. Es sind einerseits keine Sportvorkenntnisse notwendig, andererseits stellt das Training eine optimale Grundlage für jede andere ausgeführte Sportart dar.

KURSLEITERIN: Katharina Liebhart-Stidl, Sportphysiotherapeutin, www.physiokls.at

WANN: **Dienstag von 17-18 Uhr**, 7x an folgenden Tagen:
1.3./ 8.3./ 15.3./ 22.3./ 29.3./ 5.4./ 26.4.2022 (Ersatztermin: 3.5.2022)

WO: Kurpark Oberlaa, Treffpunkt beim Regenbogenspielplatz

VORAUSSETZUNGEN: Mindestteilnehmeranzahl: 5 Kinder

KOSTEN: **140€** pro Kind für **7 Einheiten**. Die Zahlung erfolgt im Vorhinein und stellt die Fixanmeldung dar. Für Rücktritts- bzw. Ausfallsregelungen bitte die AGBs durchlesen.

ANMELDUNG: Bitte ein **Mail mit Name, Versicherungsnummer und Adresse der/des Teilnehmers/in sowie eine Telefonnummer der/des Erziehungsberechtigten** an trainiermitphysio@physiokls.at schicken. Sie bekommen dann die Kontoinformationen und Zahlungsaufforderung, wenn noch ein Platz frei ist. Es wird nach dem First-Come-First-Serve-Prinzip vorgegangen.

VORTEILE: Das Training läuft als **physiotherapeutische Gruppe** ab. Da Physiotherapie als medizinische Grundleistung in der Pandemie gilt, können die Einheiten meist uneingeschränkt durchgeführt werden. Das Training **im Freien** trägt außerdem zur Stärkung des Immunsystems bei und ist Raumgrößenregelungenunabhängig. Die Gruppengröße (maximal 6 Kinder) lässt **individuelle Betreuung** zu. Mitzubringen sind lediglich: adäquate Bekleidung, ein Handtuch oder eine kleine Matte und eine Trinkflasche.

BEI BESCHWERDEN (AKUTEN oder VERGANGENEN): Bitte holen Sie sich eine **Verordnung für „7x Physiotherapie in der Gruppe à 60min für max. 6 Personen“** von Ihrem Haus- oder Facharzt. Nach Beendigung der Trainingsserie kann die Rechnung inklusive Verordnung bei der jeweiligen Krankenkasse eingereicht werden. Die Tarife der Kostenerstattung erfragen Sie bitte bei der jeweiligen Krankenkasse. Sollten Sie eine Zusatzversicherung haben, informieren Sie sich bitte, ob ein Gruppentraining von dieser rückvergütet wird.

PRÄVENTIV: Sollte Ihr Kind noch nie Beschwerden gehabt haben und trotzdem mitmachen wollen, ist es kein Problem. In diesem Fall ist keine Verordnung notwendig. Präventiv gibt es allerdings keine Kostenrückerstattung durch die Pflichtversicherung. Sollten Sie eine Zusatzversicherung haben, informieren Sie sich bitte, ob ein präventives Gruppentraining von dieser rückvergütet wird.

CORONAINFO: Ich bitte um einen aktuellen **3G Nachweis** vor jedem Training. Sollte ihr Kind doppelt geimpft sein, ist das Vorzeigen des Impfzertifikats nur in der 1. Einheit nötig. Abstands- und Maskenregeln werden den aktuell geltenden Maßnahmenverordnungen angepasst. Ein Corona-Präventionskonzept für das Training liegt auf.