



# Ärztliche Verordnung

zur Kursanmeldung

## Diagnose:

Bei Osteoporose bitte Stärke angeben:  schwach  mittel  stark

### Therapeutische Wassergymnastik

Aquacura (Wassertemperatur +/- 30°C)

### Vorbeugende Wassergymnastik

- Aquawell (Wassertemperatur +/- 30°C)  
 Power Aquawell (Wassertemperatur +/- 30°C)  
 AquaJogging

### Therapeutische Trockengymnastik

- Active Backademy  
 Arthrosegymnastik  
 Bechterew-Gymnastik  
 Bewegungstherapie Rheumatoide Arthritis  
 Osteogym (Osteoporose-Gymnastik)  
 Pilates Care  
 PMR - Progressive Muskelentspannung  
 Tai Chi bei Arthritis / Osteoporose  
 Weichteilrheuma-Gymnastik  
 Chronische Schmerzen - wie weiter?

### Vorbeugende Trockengymnastik

- Easy Moving - Aktiv im Freien  
 Bewegung mit Musik / Zumba Gold + Fitness  
 Bindegewebe-/Faszientraining  
 EverFit - Bewegung und Balance im Alter  
 Feldenkrais  
 Pilates (Beckenboden/Rücken/Spiraldynamik)  
 Rückenwell / Rückengymnastik  
 Qi Gong  Tai Chi  
 Yoga  Nordic Walking

Die Kurse werden von dipl. Physiotherapeuten und von Kursleitenden mit einer Fachausbildung geleitet.

## Bemerkungen Arzt/Ärztin:

Vorname \_\_\_\_\_ Name \_\_\_\_\_

Geb. Datum \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Wohnort \_\_\_\_\_

Tel. Privat \_\_\_\_\_ Tel. Geschäft/Mobile \_\_\_\_\_

Bei gesundheitlichen Änderungen oder bei Unsicherheit ist eine neue ärztliche Verordnung erforderlich.

Datum \_\_\_\_\_

Stempel + Unterschrift der Ärztin/des Arztes

#### Bitte senden an:

Rheumaliga Solothurn, Roamerstr. 12, 4500 Solothurn  
Tel: 032 623 51 71, Fax: 032 623 51 72  
Mail: kurse-rheumaliga-so@bluewin.ch

\_\_\_\_\_