



# 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