

Was ist wegen Corona zu beachten?

Zum Schutz vor Corona-Infektionen bieten wir Ihnen ein durchdachtes Hygienekonzept. Um Sie und uns zu schützen stellen wir die Einhaltung aller Empfehlungen und Vorschriften der Staatsregierung sicher, z.B. die AHA+L-Regeln.

Sport- und Bewegungstherapiestätten

- große helle Sporthalle
- mehrere moderne Bewegungstherapie Räume in direkter Nähe zu den Stationen
- großzügiges Freigelände



Kontakt

Kontakt

kbo-Isar-Amper-Klinikum Region München

Sport- und Bewegungstherapie | Haar

Ringstraße 59

85540 Haar

Sportbüro

Telefon | 089-4562-2520

Web | kbo-iak.de

Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. Peter Brieger

Pflegedirektorin: Brigitta Wermuth

Sie erreichen uns:

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln: S4 Ebersberg-Geltendorf oder S6 Tutzing-Ebersberg bis Haltestelle „Haar“, anschließend Bus 243 (Richtung Neuhoferlo) oder Bus 242 (Richtung Gröndorf) oder Bus X202 (Richtung Unterschleißheim) oder Bus X203 (Richtung Heimstetten Süd), Haltestelle „IAK-Klinikum München-Ost“ • Alternativ S2 Petershausen-Erding bis Haltestelle „Feldkirchen“, anschließend Bus 230 (Richtung Garching), Haltestelle „IAK-Klinikum München-Ost“.

Mit dem Auto: • Eingabe für Navigationsgeräte: Vockestraße 72, 85540 Haar. Dort befindet sich die Klinikeinfahrt. Folgen Sie dann der Beschilderung auf dem Gelände. • A99, Ausfahrt Haar, rechts abbiegen Richtung München auf die Wasserburger Landstraße (B 304), an der Kreuzung Wasserburger Landstraße (B 304)/Vockestraße (B 471) rechts abbiegen und der Ausschilderung kbo-Isar-Amper-Klinikum folgen. • A94, Ausfahrt Feldkirchen-Ost, dann auf B 471 Richtung Haar, durch Ottendichl. In Haar an der Ampel links ins kbo-Isar-Amper-Klinikum.

Sport- und Bewegungstherapie



am kbo-Isar-Amper-Klinikum | Haar



Sport- und Bewegungstherapie

Ziele der Sport- und Bewegungstherapie

Im Rahmen der Gesamtbehandlung bietet Ihnen die Sport- und Bewegungstherapie die Möglichkeit, durch speziell ausgewählte Körper-, Bewegungs- und Sportprogramme Bewegungsfreude zu entwickeln, das Selbstbewusstsein zu stärken, und ein verändertes Körper- und Lebensgefühl zu erfahren.

In den Therapiestunden ermöglichen wir den Patient*innen, ihre Fähigkeiten wahrzunehmen und machen auf ganzheitliche Zusammenhänge aufmerksam. Durch die vielfältigen Bewegungsangebote und Sportmöglichkeiten wird die körperliche Belastbarkeit und psychische Befindlichkeit verbessert und trägt so zur gesundheitlichen Gesamtverbesserung bei.

Gemeinsam reflektieren wir mit Ihnen die gemachten Erfahrungen und bieten so die Möglichkeit, diese in einem therapeutischen Rahmen in den Alltag zu transportieren. In unseren handlungs- und erlebnisorientierten Gruppen beziehen wir auch trainingswissenschaftliche sowie soziotherapeutische Elemente mit ein.

Unser Schwerpunkt liegt in der Förderung der körperlichen, sozialen und emotionalen Kompetenz des einzelnen Patienten mit Hilfe des Mediums „Bewegung, Spiel und Sport“. Laut der Definition des „Deutschen Verbandes für Gesundheitssport und Sporttherapie“ versteht sich in diesem Sinne die Sport- und Bewegungstherapie als Heilmittel.

Inhalte der Sport- und Bewegungstherapie

- vielfältige Bewegungsaufgaben
- Wahrnehmungs- und Konzentrationsübungen
- Sport- und Freizeitspiele mit und ohne Handgeräte
- Entspannungsverfahren

Therapeutisches Klettern

Für ausgewählte Stationen bietet das kbo-Isar-Amper-Klinikum Region München | Haar an der eigenen 8 m hohen Kletterwand das therapeutische Klettern an.

Ziele des therapeutischen Kletterns

- Vertrauensaufbau
- Umgang mit Angst
- Verantwortungsbewusstsein stärken
- Körperwahrnehmung
- Erweiterung des eigenen Bewegungsrepertoires