

Rødekrø Sundhedscenter

- Aabenraa kommunes sundhedscenter

Patientrettede tilbud

Patientrettede tilbud er tilbud til borgere som har været indlagt eller i behandling for en konkret sygdom. Behandlingen skal være afsluttet på sygehus/egen læge, for at man kan deltage på hold i Rødekrø Sundhedscenter. Se hjemmeside eller kontakt sundhedscenteret for yderligere oplysninger.

Rødekrø Sundhedscenter udbyder kurser/forløb i f.eks:

- KOL (Rygerlunger)

Deltagelse i ovenstående kurser/forløb kræver visitation.

Terapeuter

Aabenraa kommunes terapeuter (fysioterapeuter og ergoterapeuter), er delt op i teams, hvor team Nord har til huse i Rødekrø Sundhedscenter. Terapeuterne varetager bl.a. den kommunale genoptræning af borgere.

Borgerrettede tilbud

Borgerrettede tilbud er tilbud til alle borgere i Aabenraa Kommune. Det kan være tilbud som:

- Motioner dig røgfri
- Sundhedsskole for overvægtige børn
- Efterfødselstræning
- Wellnessaftener
- Babysvømning

På vores hjemmeside kan du få yderligere oplysninger om holdstart og indhold på de enkelte hold.

Faciliteter

I Rødekrø Sundhedscenter findes en træningssal med tilhørende redskaber, herunder bolde, testudstyr, cykler, madrasser og meget mere.

Træningssalen udlejes også til bl.a. foredrag og træning samt andre sundhedsrelaterede arrangementer.

Sundhedscenteret råder også over en svømmehal med varmtvandsbassin mv. se bagsiden.

Vi har et godt samarbejde med sundhedscenterets motionscenter, hvor vi benytter diverse træningsmaskiner m.v.



Træning kan foregå på en af sundhedscenterets cykler.

Kontakt

Rødekrø Sundhedscenter

E-mail: sundhedscenter@aabenaar.dk

www.sundhedscenter-syd.dk

Tlf.: 74 66 12 01

Aabenraa Kommunes visitationscenter:

Tlf.: 73 76 79 00 (kl. 8-14.30)

Svømmehallen

Sundhedscenterets svømmehal har 2 bassiner.

Èt varmtvandsbassin som er ca. 33 gr. og et stort bassin som er ca. 28 gr. varmt
Der er massagedyser og en 56 meter lang vandrukschebane.

Svømmehallen bliver brugt af skoler, institutioner, AOF, foreninger og meget mere.

Herudover er der enkelte ledige timer, der kan lejes.

Nedenfor ses de offentlige åbningstider.

OBS! Tiderne kan være ændret i ferieperioder. Se mere på vores hjemmeside.



Svømmehallens åbningstider

Mandag	6-8	14-16.30
Torsdag		16-22
Onsdag	6-8	16-20
Torsdag		Lukket
Fredag	6-8	14-18
Lørdag		10-17
Søndag		Lukket

Gæsterne bliver kaldt op af vandet 15 min før lukketid og skal være ud af omklædningsrummet ved lukketid.
Morgensvømning er kun for voksne personer.

Kontakt Svømmehallen

Tlf.: 74 66 12 01

Priser svømmehallen

Priser pr. 1.1.07

Priser:

	Barn / ung 0 - 18 år	Voksen	Pensionist
Billet	20 kr.	30 kr.	30 kr.
10 - turskort	155 kr.	260 kr.	155 kr.
20 - turskort	280 kr.	480 kr.	280 kr.
Nøglededepos.		20 kr.	

Billet købes i svømmehallen hos livredderen.

Turkortene er gyldige 1 år fra købsdatoen.
Folke- og førtidspensionister bosiddende i Aabenraa kommune kan købe 10- og 20- turs kort med rabat.

Vis venligst sygesikringskort.

Andre aktører i Røde Kro Sundhedscenter

I Røde Kro Sundhedscenter findes en del "eksterne" aktører, aktører som er selvstændige og som har samarbejdsaftaler med kommunen.

Sport & Fitness	-	73 72 41 41
Røde Kro Fysioterapi	-	73 69 35 00
Røde Kro Kiropraktik	-	73 66 29 52
Zenith Zoneterapi	-	21 63 06 31
Christa Skøtt Massage og Healing	-	21 92 77 89