

Rehabilitationssport



Was ist Rehabilitationssport?

Rehabilitationssport kann grundsätzlich bei jeder Beeinträchtigung von körperlichen Funktionen (wie z.B. bei Beschwerden am Stütz- und Bewegungsapparat bzw. an der Wirbelsäule – Gelenkbeschwerden, Arthrose, Osteoporose, Morbus Bechterew, Multiple Sklerose oder auch Inkontinenz und Übergewicht) in Betracht kommen.

Er ist individuell auf den körperlichen Leistungszustand der Betroffenen abgestimmt. Die Erfahrung zeigt, dass durch ein langfristig angelegtes Training eine deutliche Verbesserung der Beschwerden zu erzielen ist. Regelmäßige sportliche Betätigung wird von den Krankenkassen als ergänzende Leistung zur Rehabilitation gefördert. Die Leistungen sind von allen Kostenträgern (gesetzliche Krankenkassen, gesetzliche Unfallversicherungsträger und Träger der gesetzlichen Rentenversicherung) anerkannt und die Kostenübernahme nach Bewilligung gesichert. Die Qualität wird durch den Behindertensportverband, die betreuenden Ärzte und die qualifizierten Übungsleiter sichergestellt.

Ziele

Ziel des Rehabilitationssport-Angebotes ist, Ausdauer und Kraft zu stärken, Koordination und Flexibilität zu verbessern, das Selbstbewusstsein aufzubauen und Hilfe zur Selbsthilfe zu bieten. Dabei soll auch die Verantwortlichkeit für die eigene Gesundheit gestärkt und zu lebensbegleitendem Sporttreiben motiviert werden.

Wie beginnt der Rehabilitationssport?

Arztbesuch

Rehabilitationssport kann von jedem Arzt verordnet werden. Diese Verordnung nach § 44 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und ist somit budgetneutral für den Arzt. Hier bietet der Rehabilitationssport eine ideale Ergänzung und Fortführung einer abgeschlossenen Therapiemaßnahme. Sprechen Sie mit dem Arzt Ihres Vertrauens.

Reha-Antrag

Sie benötigen einen Rehabilitationssport-Antrag (Verordnung 56), den Sie direkt von Ihrem Arzt (oder von uns) erhalten können. Ihr Arzt füllt einen Teil des Antrages für Sie aus. Er verordnet im Regelfall 1-2 Einheiten (à 45 min.) Rehabilitationssport pro Woche, insgesamt sind es 50 Trainingseinheiten, die innerhalb von 18 Monaten absolviert werden sollen. Den ausgefüllten Antrag schicken oder bringen Sie dann zu Ihrer Krankenkasse. Diese bewilligt den Antrag im Regelfall komplikationslos und zeitnah.

Kosten

Rehabilitationssport beinhaltet funktionelle Gruppengymnastik im Kursraum. Die Kostenträger übernehmen hierbei für Sie die Kursgebühr. Es fallen für Sie keine Kosten an. Als zertifizierte Sportstätte bietet der TV-Eibach e.V. den Rehabilitationssport mit verschiedenen Schwerpunkten an, wie z.B. die Hocker-Gymnastik für Personen mit Knie- oder Hüftproblemen.

Terminvereinbarung

Sobald Sie den Rehabilitationssport-Antrag von Ihrer Krankenkasse genehmigt vorliegen haben, vereinbaren Sie bitte mit uns einen ersten Termin.

Das erste Training

Zum ersten Training bringen Sie bitte Sportschuhe, sportgerechte lockere Kleidung und ein Handtuch mit.

Wir wünschen Ihnen viel Erfolg und Spaß beim Training.

