

WICHTIG

WICHTIG

WICHTIG

Sehr geehrte Versicherte,

heute wurde Ihnen die Leistung „**Rehabilitationssport**“ bewilligt.

Was ist Rehabilitationssport?

Rehabilitationssport wirkt mit den Mitteln des Sports ganzheitlich auf Menschen mit Behinderungen ein. Er ist auf Art und Schwere und den körperlichen Allgemeinzustand der Betroffenen abgestimmt und wird Ihnen vom Arzt verordnet.

Er findet in Übungsgruppen mit speziell dafür ausgebildeten Übungsleitern und in einem begrenzten Zeitraum statt. Danach sollen die Übungen in Eigenverantwortung weiter durchgeführt werden.

Wir möchten Sie nachfolgend über die wichtigsten Punkte informieren.

Die Verschreibung des Rehabilitationssports ist nur in **bestimmten Disziplinen** möglich, und zwar:

- Gymnastik
- Leichtathletik
- Schwimmen
- Bewegungsspiele in Gruppen
- Kegeln für Blinde

soweit es sich um Übungen handelt, mit denen das Ziel des Rehabilitationssports erreicht werden kann.

Der **Leistungsumfang des Rehabilitationssports beträgt in der Regel 50 Übungseinheiten**, die in einem Zeitraum von 18 Monaten abzuleisten sind, mit dem Ziel, die eigene Verantwortung für die Gesundheit zu stärken und zum langfristigen und selbständigen Bewegungstraining zu motivieren. Sie müssen sich eine Einrichtung, die Rehabilitationssport anbietet, aussuchen und dann den Rehabilitationsantrag ihrer Krankenkasse zur Genehmigung vorlegen. Erst ab dem Zeitpunkt der Genehmigung können sie mit dem Rehabilitationssport beginnen.

Der Rehabilitationssport dient der Krankheitsbewältigung und ergänzt die ärztliche Behandlung. **Deshalb ist eine regelmäßige Teilnahme wichtig!**

Die Dauer einer Übungsveranstaltung sollte grundsätzlich mindestens 45 Minuten betragen. Die Anzahl der Übungseinheiten beträgt bis zu zwei, in **Ausnahmefällen höchstens 3** Übungseinheiten pro Woche.

Reines Gerätetraining ist nicht Bestandteil des Rehabilitationssports.