

Funktionstraining

Was ist der Unterschied zwischen Funktionstraining und Reha-Sport?

Ziel des *Reha-Sports* ist die Verbesserung von Ausdauer, Kraft, Koordination und Flexibilität. Ziel des *Funktionstrainings* ist der Erhalt und die Verbesserung von Funktionen und das Verzögern von Funktionsverlusten der Organe und Körperteile, Schmerzlinderung und Bewegungsverbesserung / Mobilität zur Krankheitsbewältigung.

Montag	09:00-09:45	SuG
Montag	19:15-20:00	SuG
Dienstag	17:30-18:15	SuG
Dienstag	18:30-19:15	SuG
Mittwoch	09:30-10:15	SuG
Donnerstag	09:30-10:15	SuG
Donnerstag	11:30-12:15	SuG
Donnerstag	17:30-18:15	SuG
Donnerstag	18:15-19:00	SuG
Freitag	09:30-10:15	SuG

Die Teilnahme an allen Kurse ist **mit Verordnung oder als Selbstzahler** möglich. Die aktuellen Preise erfahren Sie in der Geschäftsstelle.

Anmeldungen über die Geschäftsstelle des MTV unter 05191-3502 erforderlich!

Vorteile einer Mitgliedschaft im MTV

- Nutzung des vielfältigen Sportangebotes im Mannschafts-, Fitness-, und Gesundheitssport
- Teil einer großen Gemeinschaft sein
- die Unterstützung der Jugendarbeit in unserer Heimatstadt

Erläuterung:

* SuG = Sport- und Gesundheitszentrum,
Stubbendorffweg 8

Anmeldungen nimmt die Geschäftsstelle des MTV gerne persönlich, telefonisch oder per Mail entgegen.

Wir beraten Sie gerne - vereinbaren Sie einen Termin oder kommen Sie einfach vorbei!

Geschäftsstelle (Mo—Fr 8:30—12:30 Uhr und
Di 16:00—18:00)

Stubbendorffweg 8
29614 Soltau

Telefon: 05191-3502
E-Mail: info@mtv-soltau.de
www.mtv-soltau.de

MTV SOLTAU

VON 1864 E. V.

Reha-Sport und Funktionstraining

Der Weg zu mehr Lebensqualität

Informationen und Zeiten



Rehasport

Was ist Reha-Sport?

Reha-Sport verfolgt das Ziel, mit ausgewählten sportlichen Mitteln und bewegungstherapeutischen Übungen ganzheitlich auf Menschen mit verschiedenen Krankheitsbildern oder physischen Beschwerden einzuwirken. Durch eine Verbesserung der Leistungsfähigkeit, Ausdauer und Belastbarkeit der Teilnehmer werden Krankheitsverläufe und –beschwerden positiv beeinflusst. Dabei ist Reha-Sport auf Art und Schwere der Krankheit sowie auf den körperlichen Allgemeinzustand des Einzelnen abgestimmt.

Für wen ist Reha-Sport geeignet?

Das Reha-Sport-Angebot ist für alle Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen geeignet. Die Empfehlung erfolgt in der Regel durch den behandelnden Arzt, der seinem Patienten eine Verordnung für den Reha-Sport ausstellt, kann aber auch ohne Verordnung besucht werden.

Was ist eine Verordnung?

Für die Teilnahme am Reha-Sport kann vom behandelnden Arzt eine ärztliche Verordnung ausgestellt werden, die gleichzeitig einen Antrag auf Kostenübernahme der gesetzlichen Krankenkasse für den Reha-Sport darstellt. Diese Verordnung stellt kein Rezept dar und belastet daher auch nicht das Heilmittelbudget der Ärzte.

Wieviel muss ich beim Reha-Sport zuzahlen?

Die Kosten für den Rehasport und das Funktionstraining werden von der gesetzlichen Krankenkasse voll übernommen und sind frei von der eigenen Zuzahlung. Auch eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich.

Wie lange dauern der Reha-Sport und das Funktionstraining?

Grundsätzlich sind die Verordnungen zeitlich begrenzt. In der gesetzlichen Krankenversicherung beträgt der Leistungsumfang 50 Übungseinheiten, die in einem Zeitraum von 18 Monaten in Anspruch genommen werden müssen. Der Besuch der Reha-Sport oder Funktionstrainingsgruppe erfolgt in der Regel—abhängig von der ärztlichen Empfehlung - ein- oder zweimal wöchentlich.

Was passiert, wenn die Verordnung ausläuft?

Wenn Sie das Reha-Sport-Angebot nach Ablauf Ihrer Verordnung weiterhin in Anspruch nehmen möchten, können Sie bei Ihrem Arzt entweder eine Folgeverordnung beantragen oder als Selbstzahler weiterhin an den Kursen teilnehmen.

Ich bin privat versichert—wie läuft das bei mir?

Leider ist es nicht die Regel, dass Reha-Sport auch über die privaten Krankenversicherungen oder über die Beihilfe finanziert wird.

Im Gegensatz zu den gesetzlichen Krankenversicherungen, die die Kosten für den Rehabilitationssport nach § 44 SGB IX im Rahmen der Ergänzenden Leistungen zur medizinischen Rehabilitation übernehmen müssen, sind die privaten Krankenversicherungen dazu nicht verpflichtet. Zumeist ist der Rehabilitationssport nicht im vertraglich vereinbarten Leistungsumfang enthalten. Jedoch können unter Umständen individuelle Einigungen getroffen werden. Die Vorlage der ärztlichen Verordnung und der Kostenrechnung kann dabei helfen. Setzen Sie sich dazu mit Ihrer privaten Versicherung in Verbindung und legen Sie Ihre ärztliche Verordnung vor.

Unser Reha-Sport-Angebot

Reha-Sport Rücken, Gelenke

Montag	18:30-19:15	SuG*
Mittwoch	10:30-11:15	SuG
Donnerstag	15:30-16:15	SuG
Donnerstag	19:00-19:45	SuG

Wassergymnastik / Reha-Sport

Montag	17:45	Lebenshilfe,
--------	-------	--------------

aktuell keine Wassergymnastik

Reha-Sport nach Schlaganfall (Neurologie)

Donnerstag	16:30-17:15	SuG
------------	-------------	-----

Lungensport

Dienstag	17:45-18:30	Gymnasium
----------	-------------	-----------

Reha-Sport bei Post-COVID

Montag	16:00-16:45	SuG
Freitag	17:00-17:45	SuG

Sport in der Krebsnachsorge

Dienstag	18:45-19:30	Gymnasium
----------	-------------	-----------

Herzsport

Dienstag	18:45-19:30	Gymnasium
Dienstag	19:45-20:45	Gymnasium

Sport bei Diabetes

Rücksprache	Geschäftsstelle	SuG
-------------	-----------------	-----

