



## Regelungen

Die Verordnung von Rehabilitationssport ist grundsätzlich zeitlich begrenzt. Die Kostenübernahme erfolgt in der Regel durch die Krankenkassen.

Die Verordnung erfolgt nach Paragraph 44 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX.

Sie unterliegt nicht der Heilmittelverordnung und ist somit für den Arzt budgetneutral.

- Im Regelfall werden 50 Übungseinheiten (ÜE) innerhalb von 18 Monaten genehmigt.
- Bei bestimmten Indikationen werden 120 ÜE innerhalb von 36 Monaten genehmigt.
- Herzgruppen: 90 ÜE / 24 Monaten (bei Kindern und Jugendlichen 120 ÜE /24 Monaten)
- Eine längere Leistungsdauer ist nach Einzelfallprüfung möglich, wenn die Leistungen notwendig, geeignet und wirtschaftlich sind.

Sprechen Sie dazu mit Ihrer behandelnden Ärztin oder Ihrem Arzt. Er klärt, ob Rehabilitationssport für Sie in Frage kommt und füllt mit Ihnen zusammen das erforderliche Formular aus.

Um an den Kursen der SG Schramberg teilnehmen zu können müssen Sie **nicht** Mitglied werden.

Wenn Sie dann Mitglied werden wollen, freuen wir uns so sehr.



## Präventions- oder Gesundheitsport

Ein gesundheitsorientiertes Training macht auch ohne eine ärztliche Verordnung Sinn.

Gesundheitsport ist ein wichtiges Instrument der Prävention, Therapie und Rehabilitation.

Wir verstehen darunter alle sportlichen Aktivitäten, die der Erhaltung, Verbesserung und/oder Wiederherstellung der Gesundheit dienen.

**Beim Gesundheitsport wird das Training zielgerichtet geplant und unter geschulter Aufsicht durchgeführt.**

## Der Rehabilitationssport

Gemeinsam mit anderen bieten Ihnen die Kurse der SG Schramberg die Möglichkeit durch Bewegung, Spiel und Sport Ihre Bewegungsfähigkeit zu verbessern.

Dadurch können sie den Verlauf von Krankheiten positiv beeinflussen und wieder am gesellschaftlichen Leben teilnehmen. Dieser Sport ist für alle Menschen mit oder mit drohender Behinderung sowie chronisch Kranke sinnvoll.

Der Rehabilitationssport verbessert Ihre Ausdauer und Kraft, Ihre Koordination und Flexibilität, stärkt Ihr Selbstbewusstsein und bietet Ihnen Hilfe zur Selbsthilfe.

**Bei der SG Schramberg betreuen Sie drei Expertinnen mit langjähriger Ausbildung und Erfahrung.**



## Rehabilitations- und Präventionssport

**Auch für Nichtmitglieder!**

**Die Kurse werden von den gesetzlichen Krankenkassen nach § 20 SGB V bezuschusst.**

## 10 Pluspunkte Gesundheit für Sie!

Die SG Schramberg bietet 10 qualifizierte und hochwertige Trainingsangebote an, die von der Bundesärztekammer, dem Deutschen Olympischen Sportbund, dem Deutschen Turner-Bund und dem Deutschen Schwimm-Verband geprüft und empfohlen werden.

Der PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ist eine Auszeichnung für besondere Gesundheitsport-Angebote im Verein, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen! Damit bietet die SG Schramberg qualitativ hochwertige Angebote im Gesundheitsport an.





## 5 Schritte zur Teilnahme am Reha- und Präventionssport

- 1. Chronische Beschwerden oder nach Krankheiten**
- 2. Arztbesuch**  
befürwortet Ihr Arzt Rehasport, so stellt er Ihnen dafür gerne eine Verordnung aus. (Diese wird nicht auf sein Budget angerechnet).
- 3. Verordnung über Rehasport**  
**Sie geben die Verordnung durch den Arzt an Ihre zuständige Krankenkasse zur Genehmigung.**
- 4. Terminvereinbarung mit der Trainerin**  
Nach der Genehmigung durch die Krankenkasse vereinbaren Sie einen Termin mit der jeweiligen Trainerin.
- 5. Teilnahme an dem Sportprogramm**  
Die Teilnahme an unseren Sportprogrammen ist natürlich auch ohne eine ärztliche Verordnung möglich und sinnvoll.

**Tun Sie etwas für Ihre nachhaltige Gesundheit.  
Die SG Schramberg freut sich auf Sie!**



## Der Reha- oder Gesundheitssport

Beugt Erkrankungen vor, verhindert einen schlimmeren Krankheitsverlauf oder unterstützt die Eingliederung nach Herz- oder Krebserkrankungen und von Versehrten.

Dieser Sport ist angebracht bei:

- Erkrankungen der Wirbelsäule
- Bandscheibenproblemen und Rückenschmerzen
- Diabetes, Asthma, Allergien
- Haltungsschwächen und Haltungsschäden
- Arthrose und Arthritis der Gelenke
- Rheumatischen Erkrankungen
- Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems
- Stoffwechselerkrankungen
- Gefäßerkrankungen
- Osteoporose
- Nach Schlaganfällen
- Nach Krebserkrankungen



## Unsere Angebote:

- Herzsportgruppe
- Orthopädie / Sport nach Krebs
- Rücken-Fit
- Fit und gesund für Senioren
- Nordic Walking
- Fit und mobil
- Fit forever (Frauengymnastik 40+)
- Step Aerobic
- Body Styling - Pilates
- Seniorensport Männer

### Kontakt:

Sportgemeinschaft Schramberg 1858 e.V.  
Geschäftsstelle  
Sabine Harter  
Hohenbergstraße 14  
78713 Schramberg

Tel.: 07422/22859

Mail: [info@sgschramberg.de](mailto:info@sgschramberg.de)

Bilder: ©Fotolia; <http://de.fotolia.com>