

## Unsere Reha - Angebote

### Orthopädische Trainingsgruppen

**Montag:**                    Übungsleiter:in  
09.00 – 09.45 Uhr Romy Lyss  
10.00 – 10.45 Uhr Romy Lyss  
11.00 – 11.45 Uhr Romy Lyss  
12.00 – 12.45 Uhr Romy Lyss

**Dienstag:**  
09.00 – 09.45 Uhr Romy Lyss  
11.00 – 11.45 Uhr Romy Lyss  
17.00 – 17.45 Uhr Melanie Duffeck  
18.00 – 18.45 Uhr Karin Rönnau  
19.00 – 19.45 Uhr Karin Rönnau

Diese Angebote finden im Tanz- und Gesundheitsstudio (Souterrain) hinter dem Hotel statt.



Reha Sport beim TSV-Glinde

Die Qualität unseres Angebotes wird durch unseren **Kooperationsarzt R.H. Emme** in Glinde und qualifizierten Übungsleiter:innen sichergestellt. Das Angebot entspricht den vorgeschriebenen Standards des Rehabilitations- und Behinderten Sportverbandes Schleswig-Holstein e.V.

### Muskelaufbautraining

Damit ein optimaler und nachhaltiger Therapieerfolg erreicht werden kann, empfehlen wir **ergänzend** zum Reha-Sport ein gezieltes Muskelaufbautraining in unserem Fitnessstudio zum aktuellen Monatsbeitrag in Höhe von € 37,00 (für Mitglieder € 15,00) oder mit einer **10er Karte Reha € 25,00.**

Für Fragen stehen Ihnen unsere Mitarbeiter:innen im Sportbüro zu den Öffnungszeiten zur Verfügung.



Stand: 28.11.2023

Der TSV Glinde bietet an:



## REHA - Sport



TSV Glinde von 1930 e.V.  
Am Sportplatz 98a  
21509 Glinde  
Tel: 040 - 710 72 15  
Fax: 040 - 710 44 41

[www.tsv-glinde.de](http://www.tsv-glinde.de)  
E-Mail: [info@tsv-glinde.de](mailto:info@tsv-glinde.de)

### Was ist Rehabilitationssport

Rehabilitationssport....

- wird vom Arzt verordnet!
- stabilisiert und ergänzt nach einer ambulanten/stationären medizinischen Rehabilitation sowie physiotherapeutischen Behandlungen den Therapie- und Behandlungserfolg
- kann grundsätzlich bei jeder Beeinträchtigung von körperlichen Funktionen in Betracht kommen, um eine zu erwartende Chronifizierung des Krankheitsbildes oder eine Behinderung des Patienten abzuwenden
- wirkt ganzheitlich mit Mitteln des Sports auf unsere Patienten, um sie möglichst auf Dauer in die Gesellschaft und in das Arbeitsleben einzugliedern
- beinhaltet Übungen zur Verbesserung von Ausdauer, Koordination, Kraft und Flexibilität
- umfasst spezielle Übungen, die in der Gruppe im Rahmen regelmäßiger Übungsveranstaltungen durchgeführt werden.

## Ziele und Zielgruppen

Das Ziel des Rehabilitationssportes ist Menschen zu helfen, die...

- bereits Erkrankungen haben
- behandelt oder operiert wurden
- besondere Beschwerden im Bewegungs- und Stützapparat haben
- ein adäquates Mittel zur Schmerzlinderung und zur Steigerung des Wohlbefindens benötigen.

## Sport in der Krebsnachsorge

Der gezielten sportlichen Aktivität kommt heute bei der Krebsnachsorge eine entscheidende Rolle zu. Wir

möchten Ihnen die Freude an körperlicher Betätigung wieder nahebringen und Sie in Ihren Möglichkeiten fördern. Die Ziele von unserem Sportangebot in der Krebsnachsorge sind:

- Steigerung der Leistungsfähigkeit
- Verringerung der therapiebedingten Nebenwirkungen
- psychische Stabilisierung
- Wiedergewinnung des Selbstwertgefühls.

Gesunde Bewegung lässt Sie die Krankheit besser bewältigen und erleichtert Ihnen eine Wiedereingliederung in Beruf und Familie.

Die Inhalte sind: Koordinationsschulung, Beweglichkeitstraining in Verbindung mit Funktionsgymnastik und Kraft- und Ausdauertraining.

Das Training wird auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt und individuell angeleitet.

## Kostenübernahme

Der Antrag auf Kostenübernahme für die Verordnung (Formblatt 56) wird von der gesetzlichen Krankenkasse als sogenannte „Ergänzende Leistung zur Rehabilitation“ genehmigt, so dass dem Patienten keine Kosten entstehen.

**Bitte lassen Sie sich Ihren Platz vom TSV Glinde bestätigen, bevor die Verordnung von Ihrer Krankenkasse genehmigt wird.**

Die nicht budgetbelastende Verordnung (Formblatt 56) ist die Grundlage bei der Prüfung einer

Leistungsübernahme durch die Kostenträger und muss deshalb unbedingt enthalten:

- Diagnose nach ICD 10 mit Funktions-/Belastungseinschränkungen im Sport
- Rehabilitationsgrund / -ziele
- Rehabilitationsumfang und Anzahl der Übungseinheiten
- Empfehlung der Rehabilitationssportarten und Inhalte.

**Bitte unbedingt bei Ihrem behandelnden Arzt nachfragen!**

## Rehabilitationsumfang

Grundsätzlich ist die Verordnung von Rehabilitationssport zeitlich begrenzt.

- Regelfall: **50 Übungseinheiten** innerhalb von **18 Monaten**
- Folgeverordnungen sind i.d.R. nicht möglich
- Nach einer ambulanten/stationären med. Rehabilitation kann Rehabilitationssport erneut notwendig und verordnet werden
- Bei einer neuen Diagnose kann eine Neuverordnung in Frage kommen.