

# THERANEUM

## Kursplan medizinisches Fitnessstraining 2012

Uhrzeit / Tag:	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
06 - 07 Uhr						
07 - 08 Uhr						
08 - 09 Uhr		Rehasport	Nordic Walking	Rehasport		
09 - 10 Uhr						Rehasport
10 - 11 Uhr	Rehasport		Rehasport			
11 - 12 Uhr						
15 - 16 Uhr				BA - Kinderrückenschule		
16 - 17 Uhr						
17 - 18 Uhr		Rehasport			Rehasport	
18 - 19 Uhr	Rehasport		Rehasport			
19 - 20 Uhr						
19 - 20:30 Uhr						
20 - 21 Uhr						

# Detaillierte Informationen zum VRG Kursangebot

## ■ Rehasport nach § 44

Rehabilitationssport ist eine kostenfreie Leistung Ihrer Krankenkasse, welche vom Arzt verordnet werden kann.

**Eine Rehasport-Maßnahme dauert in der Regel 50 Übungseinheiten á 45 Minuten die in höchstens 18 Monaten absolviert werden.**

Die Übungseinheiten werden in Gruppen durchgeführt und durch qualifizierte Übungsleiter fachkundig angeleitet. Gezielte Übungen helfen dabei Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Körperbeherrschung zu steigern und damit das tägliche Leben besser zu meistern. **Die Übungsleiter achten neben der korrekten Übungsausführung auch darauf, dass sich jeder in der Gruppe wohlfühlt und niemand über- oder unterfordert wird.**

Rehabilitationssport wird vom Arzt verordnet. Der Arzt füllt den Antrag auf Kostenübernahme (**Muster 56, bekommen Sie auch bei uns**) aus, welchen Sie bei Ihrer Krankenkasse genehmigen lassen. Die Krankenkassen sind aufgrund der Gesetzgebung verpflichtet, diesem Antrag zu zustimmen. Die Genehmigung ist obligatorisch. Hat Ihnen Ihr Arzt Rehabilitationssport verordnet, melden Sie sich einfach bei uns.

## ■ Präventionskurse nach § 20

Prävention sind vorbeugende Maßnahmen, um den Eintritt einer Krankheit zu verhindern, zu verzögern oder die Folgen einer Krankheit abzuschwächen.

Präventionskurse werden nach § 20 SGB V von Ihrer gesetzlichen Krankenkasse bezuschusst. Sie müssen zunächst mit der Kursgebühr in Vorleistung treten.

Wenn Sie an mindestens 8 von 10 Kurseinheiten teilgenommen haben, bekommen Sie von Ihrer Krankenkasse mindestens 80% der Kursgebühr zurück.

Vom Kursleiter erhalten Sie eine Teilnahmebestätigung (=Quittung über entrichtete Kursgebühr) zur Vorlage bei Ihrer gesetzlichen Krankenversicherung.

Unsere dafür vorgesehenen Kursleiter sind speziell ausgebildet und von den Krankenkassen zertifiziert.

**Die Präventionskurse laufen jeweils über einen Zeitraum von 10 Wochen. Eine Kurseinheit dauert 60 Minuten.**

\*alle Preisangaben enthalten die gesetzliche MwSt.