

## **Rehabilitationssport und Funktionstraining**

Rehabilitationssport und Funktionstraining verfolgen das gemeinsame Ziel der Hilfe zur Selbsthilfe. Die Maßnahmen sollen dazu beitragen, die Verantwortlichkeit des Einzelnen für seine Gesundheit zu stärken und ihn zum langfristigen, selbständigen, eigenverantwortlichen Bewegungstraining motivieren.

Rehabilitationssport umfasst sportliche Übungen, die in einer Gruppe im Rahmen regelmäßig abgehaltener Übungsveranstaltungen durchgeführt werden. Ziele des Rehabilitationssports sind die Stärkung von Ausdauer und Kraft sowie die Verbesserung von Koordination und Flexibilität. Anbieter entsprechender Maßnahmen sind in der Regel örtliche Rehabilitationssportgruppen.

Ziele des Funktionstrainings sind der Erhalt und die Verbesserung von Funktionen sowie das Hinauszögern von Funktionsverlusten einzelner Organsystem bzw. Körperteile, die Schmerzlinderung und die Beweglichkeitsverbesserung. Hierzu werden unter fachkundiger Anleitung (z.B. durch Physiotherapeuten) bewegungstherapeutische Übungen in Gruppen angeboten. Funktionstraining kann auch Gelenkschutzmaßnahmen oder die Einübung im Gebrauch technischer Hilfen bzw. im Umgang mit Gebrauchsgegenständen des täglichen Lebens beinhalten. Anbieter von Funktionstraining sind in der Regel Selbsthilfegruppen.

Um die Qualität der angebotenen Maßnahmen zu gewährleisten, bedürfen Rehabilitationssportgruppen und Funktionstrainingsgruppen einer speziellen Anerkennung. Die Ersatzkassen in Rheinland-Pfalz haben die VdAK/AEV Landesvertretung mit der Durchführung dieses Anerkennungsverfahrens betraut.

Bei Vorliegen einer ärztlichen Verordnung können die für den Rehabilitationssport bzw. das Funktionstraining anfallenden Teilnahmegebühren von den Ersatzkassen übernommen werden. In diesem Fall ist vor Beginn der Maßnahme die entsprechende Bewilligung der Krankenkasse einzuholen.