

## Reha- Sport und Funktionstraining

### Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Das Wichtigste in Kürze](#)
- [2. Reha- Sport](#)
- [3. Funktionstraining](#)
- [4. Voraussetzungen](#)
- [5. Zuständigkeit](#)
- [6. Dauer](#)
- [7. Wer hilft weiter?](#)
- [8. Verwandte Links](#)

### 1. Das Wichtigste in Kürze

Reha- Sport und Funktionstraining finden immer in Gruppen und unter ärztlicher Aufsicht statt. Reha- Sport dient der allgemeinen Stärkung der Leistungsfähigkeit nach einer Erkrankung. Funktionstraining ist gezielt auf bestimmte körperliche Funktionsdefizite gerichtet. Die Maßnahmen dauern je nach Erkrankung und Kostenträger 6 Monate bis 3 Jahre.

### 2. Reha- Sport

Zum Reha- Sport zählen z.B. bewegungstherapeutische Übungen. Sie dienen der Stärkung von Ausdauer, Koordination, Flexibilität, Kraft und psychischer Leistungsfähigkeit. Hierunter fallen u.a. Gymnastik, Leichtathletik, Schwimmen, Bewegungsspiele in Gruppen sowie spezielle Gruppen für Herzpatienten.

### 3. Funktionstraining

Funktionstraining wirkt besonders mit den Mitteln der Krankengymnastik und der Ergotherapie gezielt auf körperliche Strukturen (Muskeln, Gelenke etc.) und wird unter Anleitung und Überwachung vor allem durch Krankengymnasten durchgeführt. Funktionstraining ist immer organorientiert, es dient dem Erhalt von Funktionen, der Beseitigung oder Verbesserung von Funktionsstörungen sowie dem Hinauszögern von Funktionsverlusten einzelner Organsysteme oder Körperteile. Es ist angezeigt z.B. bei degenerativen und entzündlichen Veränderungen der Bewegungsorgane wie Rheuma (s.a. [Rheuma > Symptome und Behandlung](#)) und Osteoporose (s.a. [Osteoporose > Allgemeines](#)). Als Funktionstraining gelten u.a. Trocken- und Wassergymnastik.

### 4. Voraussetzungen

Die [Rentenversicherung](#), die [Unfallversicherung](#), die [Krankenversicherung](#) und die [Agentur für Arbeit](#) übernehmen Reha- Sport oder Funktionstraining als ergänzende Leistung zur Rehabilitation unter folgenden Voraussetzungen:

- ärztlich verordnet

- Die Verordnung ist von einem Arzt zu erstellen, der das Leiden und dessen Folgen behandelt. Sie soll enthalten:
  - Diagnose und gegebenenfalls Nebendiagnosen, so weit diese berücksichtigt werden müssen oder Einfluss auf die Verordnungsnotwendigkeit nehmen
  - Gründe und Ziele, weshalb Reha- Sport/ Funktionstraining erforderlich ist
  - Dauer und Anzahl der wöchentlich notwendigen Übungseinheiten
  - Empfehlung zur Auswahl der geeigneten Sportart
- in Gruppen
- unter ärztlicher Betreuung
- Antrag: Vordruck "Antrag auf Förderung von Rehabilitationssport/ Funktionstraining"

## 5. Zuständigkeit

---

Wird **während einer Leistung zur Reha** die medizinische Notwendigkeit einer Reha- Sport- Maßnahme festgestellt, ist vom Arzt der Behandlungsstätte eine Empfehlung im sogenannten "Abschlussbericht" auszusprechen, und der behandelnde Arzt hat dem Reha- Sport oder Funktionstraining zuzustimmen. Der Reha- Sport muss dann innerhalb von 3 Monaten nach der Rehamaßnahme beginnen. Kostenträger sind in der Regel die **Rentenversicherungsträger**.

Die **Berufsgenossenschaften** übernehmen Reha- Sport und Funktionstraining im Anschluss an medizinische Maßnahmen, vorausgesetzt, es liegt ein Unfallversicherungsfall vor (**Arbeitsunfall, Berufskrankheit**). Geht dem Reha- Sport oder Funktionstraining **keine** Leistung zur Reha voraus, ist die **Krankenkasse** zuständig.

Bei Geringverdienenden oder nicht Versicherten kommt unter Umständen das **Sozialamt** für die Kosten auf und orientiert sich dabei an der Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

## 6. Dauer

---

Reha- Sport bzw. Funktionstraining dauert

- in der Rentenversicherung in der Regel 6 Monate, bei medizinischer Erforderlichkeit längstens 12 Monate.
- in der Unfallversicherung in der Regel unbegrenzt.
- in der gesetzlichen Krankenversicherung bei bestimmten Erkrankungen bis zu 36 Monate.

Danach muss der Arzt eine neue Verordnung ausstellen.

## 7. Wer hilft weiter?

---

Die Adressen von Reha- Sportgruppen in der Region sind bei den Krankenkassen zu erfragen. Diese haben eine Übersicht über die Sportvereine und - gruppen, mit denen sie vertraglich Kostenvereinbarungen (regional unterschiedlich) getroffen haben.

Auch Behindertensportverbände bieten zum Teil Reha- Sportarten und Funktionstrainingsmaßnahmen an. Über entsprechende Gruppen informiert die Hauptgeschäftsstelle des Deutschen Behindertensportverbands, Telefon 0203 7174-170, E- Mail [dbs@dbs-npc.de](mailto:dbs@dbs-npc.de), [www.dbs-npc.de](http://www.dbs-npc.de).

Der Vordruck "Antrag auf Förderung von Rehabilitationssport/ Funktionstraining" ist bei Sportvereinen, Ärzten und den zuständigen Leistungsträgern erhältlich.

## 8. Verwandte Links

---

[Rehabilitation](#)

[Medizinische Rehabilitation](#)

[Ergänzende Leistungen zur Reha](#)

[Rheuma > Bewegung und Sport](#)

## Gesetzesquelle(n)

---

(§ 43 SGB V - § 28 SGB VI - § 39 SGB VII - jeweils i.V.m. § 44 SGB IX)

**Letzte Aktualisierung am 09.08.2010**

**Redakteur/ in: Sabine Bayer**

---

© 2010 [beta Institut](#) gemeinnützige GmbH | [Impressum](#)