



# Rehabilitationssport - Richtlinien und Strukturen

## Ein Interview mit dem Vizepräsidenten Bildung und Lehre des DBS

*Der Deutsche Behindertensportverband ist der zuständige Fach- und Spitzenverband im Deutschen Olympischen Sportbund für den Sport von Menschen mit Behinderungen. Gleichzeitig ist er nationales paralympisches Komitee für*

*Deutschland und in dieser Funktion Mitglied im International Paralympic Committee. Die Umsetzung des ärztlich verordneten Rehabilitationssports regelt die Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining,*

*die auf der Ebene der Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation zusammen mit Rehabilitationsträgern geschlossen wurde.*

Eine Vielzahl von Rehabilitationssportarten wird in den ca. 6.000 Vereinen des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) von qualifizierten Übungsleitern durchgeführt. Dabei



handelt es sich um den weltweit größten Behindertensportverband. Dieser Stellenwert hat zum einen damit zu tun, dass die Basis eine Vereinsstruktur ist, die eine bestmögliche Organisation gewährleistet. Das ist für viele andere Länder – auch in Europa – nicht selbstverständlich. Zudem bedient der DBS insgesamt drei Säulen des Sports für Menschen mit Behinderung:

- den Spitzen- und Leistungssport z.B. deutsche und internationale Meisterschaften oder auch die Paralympics
- den Breitensport für Menschen mit Behinderungen
- den Rehabilitationssport

Aber auch die Prävention für die Menschen mit Behinderung ist eine Aufgabe des DBS und seiner Landesverbände.

BODYMEDIA sprach mit Ludger Elling, Vizepräsident des DBS für Bildung und Lehre und Geschäftsführer der DBS-Akademie, über die Strukturen und Richtlinien des Reha-Sports.

### Herr Elling, was sind die Ziele des DBS?

Oberstes Ziel des DBS ist, dass wir jedem Menschen mit Behinderung in Deutschland ein von ihm gewünschtes und wohnortnahes Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot bieten möchten. Dabei soll der Sport im Verein in erster Linie Spaß machen, Menschen mit Behinderungen für Bewegung motivieren und ihr Selbstbewusstsein stärken. Das zweite Ziel ist, wir möchten wahrgenommen werden und die Position als Spitzensportverband für Menschen mit Behinderung behaupten. Der Sport soll dabei Hilfe zur Selbsthilfe sein. Dieses übergeordnete Ziel lässt sich insbesondere in den Sportvereinen erreichen.

### Welche Stellung nimmt die DBS-Akademie ein?

Die Nachfrage nach Aus-, Fort- und Weiterbildungen für qualifizierte Übungsleiter im Rehabilitationssport ist in den letzten 15-20 Jahren kontinuierlich gestiegen. Dies ist nicht zuletzt erfolgt durch Änderungen des Sozialgesetzbuches IX, nachdem Reha-Sport zunächst eine Förderleistung und jetzt als Pflichtleistung über die Finanzierung der Krankenkassen angeboten werden kann. Neben den Vereinen sind deshalb verstärkt die Bewegungsfachberufe darauf aufmerksam geworden, so dass immer mehr Zielgruppen auf uns zukommen. Zudem haben sich die Krankheits- bzw. Behinderungsbilder verändert. Heute kommen vermehrt Zivilisationskrankheiten wie Herz-Kreislauf, Lunge, Asthma, Diabetes bzw. Übergewicht hinzu.

Im Bereich Bildung und Lehre hat der DBS zusammen mit dem Deutschen Olympischen Sportbund eine sogenannte Rahmenrichtlinienkompetenz. Die Ausbildungshoheit wurde vom DBS an die Landes- und Fachverbände delegiert, d.h. diese bilden originär aus. Die Landes- und Fachverbände sind zum größten Teil ehrenamtlich strukturiert und geführt und ihre Ausbilder und Referenten in der Regel als Honorarkräfte tätig.

Das führt zwangsläufig in Teilbereichen bei der erhöhten Nachfrage zu Engpässen. Daher haben wir vor gut acht Jahren die DBS-Akademie gegründet, um die Landes- und Fachverbände im Bereich Aus-, Fort- und Weiterbildung, aber auch bei der Planung von Events

**POLAR**  
LISTENS TO YOUR BODY



## DAS NEUE POLAR CARDIO GX SYSTEM 2.0

### Motivieren, Sensibilisieren, Visualisieren

Das Cardio GX System 2.0 eröffnet eine neue Dimension des Herzfrequenz-gesteuerten Trainings im Gruppen-Fitnessbereich.

Mit seinen neuen Inhalten ist es **das** profitable Service- und Betreuungskonzept rund um das Herzfrequenz-gesteuerte Gruppentraining. Das System zeichnet sich durch eine einfache und schnelle Handhabung aus und lässt sich in alle Classes integrieren.

#### Wichtigste Funktionen im Überblick:

- Farblich hinterlegte Trainingszonen zur schnellen Visualisierung der Intensitäten
- Individuelle Anzeige der verbrauchten Kalorien
- Detaillierte Trainingszusammenfassung für Teilnehmer über spezielle E-Mail-Funktion
- Darstellung des Trainingsnutzens nach jeder Einheit

#### Ideale Einsatzbereiche:

- Indoor Cycling
- Aerobic/Step/Group-Fitness
- Gruppentraining auf der Cardiofläche
- Geschlossene Zirkel
- Seniorensport
- Herzgruppen

Weitere Informationen  
[www.ownzone.de](http://www.ownzone.de)  
[www.polar.com/de](http://www.polar.com/de)





Die Rahmenbedingungen für den Reha-Sport werden von den Landesverbänden geschaffen

Foto: Ralf Kuckuck, DBS-Akademie

und Projekten oder in Form von Beratung und Qualitätsmanagement zu unterstützen. Die Gesellschafter der DBS-Akademie sind der DBS, der Deutsche Rollstuhl-Sportverband und 14 Landesverbände.

Als Geschäftsführer der Akademie hatte ich den Auftrag, die Einrichtung mit aufzubauen. Diese Aufgabe hat mich gereizt, da ich zuvor 14 Jahre in einem großen Therapiezentrum tätig war und somit mein Wissen aus der Praxis einbringen konnte. Derzeit beschäftigen wir acht hauptamtliche Referenten, um eine hohe Flexibilität in der zeitnahen Bedienung der Nachfrage zu gewährleisten.

Bei der Gründung haben wir bewusst die Gesellschaftsform einer gemeinnützigen GmbH gewählt, um zu signalisieren, dass mögliche Überschüsse dem Zweck der DBS-Akademie direkt wieder zugeführt werden. Die DBS-Akademie versteht ihre Aufgabe dabei als Unterstützer der Landesverbände. Dabei hat es sich so ergeben, dass wir vorwiegend die sogenannten verkürzten Sonderlehrgänge für Physiotherapeuten, Fitnesstrainer und Sportlehrer durchführen, damit diese Zielgruppen sehr zeitnah bedient werden können.

### Was wird in der Rahmenvereinbarung geregelt?

Die Grundlage für die gesetzlich definierte Leistung „Rehabilitationssport“

bildet das Sozialgesetzbuch IX und hier insbesondere der § 44. Hier ist festgelegt, dass Reha-Sport eine ergänzende medizinische Leistung sein kann. Hat ein Patient Bronchitis, so stellt ihm der Arzt ein Rezept für Tabletten aus. Hat er ein künstliches Knie- oder Hüftgelenk, so kann der Arzt nach OP und ambulanter Reha dem Patienten Reha-Sport verordnen, damit er noch einige Zeit sportlich begleitet wird. Die Kosten dafür übernimmt die Krankenkasse.

Die „Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining“ in der Fassung vom 1. Januar 2011 steckt mit ihren Regelungen den Rahmen des Leistungsgeschehens im Rehabilitationssport ab. In der Rahmenvereinbarung ist festgelegt, dass die Reha-Maßnahme in Gruppen stattfinden soll. Dabei handelt es sich um eine Vereinbarung, welche die Re-

habilitationsträger, z.B. die gesetzlichen Krankenkassen, mit den durchführenden Institutionen, wie beispielsweise dem DBS, geschlossen haben.

Aufgeführt sind Themen wie: Dauer der Maßnahmen, Gruppengrößen, Raumgröße und -ausstattung, Übungsleitung und deren Qualifikation, Anerkennung von Gruppen und alle maßgeblichen Vorgaben. Die Landesverbände setzen mit ihren Mitgliedern, den Vereinen, die Rahmenvereinbarung um und wissen – ich greife jetzt mal zwei Beispiele heraus – dass eine Übungsstunde im Herzsport mindestens 60 Minuten umfassen muss und dass die Gruppengröße beim Reha-Sport 15 Teilnehmer nicht überschreiten darf. An die Richtlinien dieses Vertrags müssen sich alle durchführenden Institutionen halten, was auch von den anerkennenden Stellen und den Krankenkassen kontrolliert wird.

### Welche Kriterien gelten für den Reha-Sportverein?

Im DBS muss der durchführende Verein einem Landesverband angehören, bei dem er jede neue Gruppe anerkennen lässt. Voraussetzung für die Anerkennung ist, dass der Übungsleiter speziell für diese Indikationsgruppe qualifiziert ist und die entsprechende Übungsleiter-B-Lizenz Rehabilitationssport besitzt.

Bei der Durchführung von Reha-Sport muss beispielsweise beachtet werden:

- Ein Übungsleiter kann bei Krankheitsausfall nicht durch jemanden vertreten werden, der nicht speziell für diese Gruppe qualifiziert ist.



Foto: Ralf Kuckuck, DBS-Akademie



Beim Reha-Sport wird Hilfe zur Selbsthilfe gegeben

Foto: Ralf Kuckuck, DBS-Akademie

- Kommt ein Teilnehmer mit einer Verordnung und der Reha-Sportverein hat für dieses Beschwerdebild einen freien Platz, so muss er ihm diesen zuweisen und zwar für den Versicherten kostenfrei. Es darf dafür keine Bedingungen geben, insbesondere darf dies nicht von einer Mitgliedschaft oder verpflichtenden Zuzahlung abhängig gemacht werden.
- Hat ein Teilnehmer an einem Termin keine Zeit, so darf er diesen Termin nicht in einer anderen Gruppe nachholen.
- Fehlt ein Teilnehmer unentschuldig, kann dies nicht sanktioniert werden z.B. dadurch, dass ihm das Fehlen in Rechnung gestellt wird.
- Die Freiwilligkeit von möglichen Zusatzleistungen muss im Beratungsgespräch artikuliert werden.
- Es gibt ein verpflichtendes Beratungsprotokoll. Dieses muss der Teilnehmer unterschreiben. In diesem Protokoll werden, im Falle einer freiwilligen Mitgliedschaft, auch die Zusatzleistungen aufgeführt, wie beispielsweise zusätzliche Angebote des Vereins (z.B. Sauna oder Gerätetraining, welches gesondert angeboten wird und nicht Teil des Rehabilitationssports sein darf).

Dieses Wissen wird in den Übungsleiterausbildungen durch alle Landesverbände vermittelt. Mit unangemeldeten Besuchen von Auditoren können entsprechende Missstände aufge-

deckt werden. Dabei schaden diese Anbieter nicht nur sich selbst, sondern auch dem Ruf des DBS, seiner Landesverbände und der anderen Anbieter.

### Was könnten die Konsequenzen sein?

Mit Reha-Sport Geld zu verdienen und entsprechende Einnahmen zu generieren ist völlig legitim, aber es gibt Aussagen wie: „Mit dem Reha-Sportangebot kann ich mir einen Ferrari kaufen“. Solche oder ähnliche Einstellungen führen zu einem Eindruck, den wir im DBS und seinen Landesverbänden nicht wollen. Die Idee beim Reha-Sport ist, dass der Versicherte oder besser der Teilnehmer, z.B. nach einer OP, Reha und Physiotherapie, in der Zeit des Reha-Sports so motiviert und rehabilitiert wird, dass er weiß, wie er sich le-

benslang, beispielsweise mit seiner neuen Hüfte, bewegt und welche Sportarten er machen kann. Dies ist Hilfe zur Selbsthilfe. Die besten Aussichten, dass er im Anschluss an diese Maßnahme freiwillig weiter Sport betreibt, bietet der Verein, da dieser Geselligkeitscharakter hat und die Teilnehmer in der Regel dabei bleiben. Das ist auch der Grund, weshalb die Krankenkassen in Deutschland beim Reha-Sport auf die Vereinsstruktur gesetzt haben.

Es wäre sicher sinnvoll, auch die Versicherten mit in die Pflicht zu nehmen, das entspricht jedoch nicht der Gesetzeslage. Aber auch bei der derzeitigen Konstellation kann sich für Vereine die Durchführung des Reha-Sports rechnen. Das kann ich aus meiner 14-jährigen Praxis in einem Verein innerhalb eines Therapiezentrums bestätigen. Wenn der Verein und seine Übungsleiter ihre „Arbeit“ gut machen, kommen die Teilnehmer auch regelmäßig. Dann ist eine Absage die Ausnahme.

Laut statistischem Bundesamt gibt es in Deutschland 7,3 Millionen Menschen mit anerkannter Behinderung (Stand Ende 2011). Davon sind 650.000 Mitglieder im DBS. Das bedeutet, dass noch viele Menschen mit unterschiedlichsten Einschränkungen, wie z.B. Schlaganfall, künstlichen Hüftgelenken oder Diabetes, auf Bewegungsangebote warten.

### Gibt es Ausnahmeregelungen?

Die Richtlinien gelten bundesweit einheitlich für alle Länder.



Übungen beim Reha-Sport dürfen nur von zertifizierten Übungsleitern durchgeführt werden

Foto: Ralf Kuckuck, DBS-Akademie



### Welche Qualitätsanforderungen werden an die Übungsleiter gestellt?

Nach der Rahmenvereinbarung dürfen die Übungen beim Reha-Sport von Übungsleitern durchgeführt werden, die aufgrund eines besonderen Qualifikationsnachweises die Gewähr für eine fachkundige Anleitung und Überwachung der Gruppen bieten. Die Übungsleiterausbildung nennt sich Übungsleiter B-Lizenz Rehabilitations-sport in sechs verschiedenen Indikationsbereichen (Orthopädie; Innere Medizin, Sensorik, Neurologie, Menschen mit geistiger Behinderung und psychische Erkrankungen).

Nach mindestens 180 erfolgreich abgeschlossenen Lerneinheiten wird die Lizenz durch einen Landes- oder Fachverband erteilt. Für speziell qualifizierte Bewegungsfachberufe, wie z.B. Physiotherapeuten, Sportlehrer oder Fitnesstrainer, können Ausbildungen anderer Institutionen anerkannt werden. Die Anerkennungshöhe hat dabei der DBS. Mit dieser Anerkennung können verkürzte Ausbildungen zum Übungsleiter absolviert werden.

Die Lizenzen haben eine Gültigkeit von vier Jahren, ausgenommen der Bereich der Inneren Medizin, wie Herzgruppenleiter. Hier ist die Lizenz auf zwei Jahre befristet. Zur Verlängerung der Lizenzen sind innerhalb dieses Zeitraums Fortbildungen im Umfang von 15 Lerneinheiten nachzuweisen. Die inhaltliche Ausgestaltung der Kurse obliegt, innerhalb des in der Ausbildung vermittelten Lehrstoffs und ihrer Fürsorgepflicht, den einzelnen Übungsleitern.

### Wie ist die Zusammenarbeit mit Ärzten ausgestaltet?

Beim Reha-Sport gibt es zwei Arten von Ärzten: der verordnende und der betreuende Arzt. Da es sich beim Reha-Sport um eine ergänzende medizinische Leistung handelt, muss jeder Verein nachweisen, dass er mit einem Arzt zusammenarbeitet. Dieser Arzt muss schriftlich erklären, dass er für den Verein, den Übungsleiter und den Versicherten bei Fragen zur Verfügung steht. Jede Gruppe, die bei uns im Verband anerkannt und zertifiziert wird, weist mit einem sogenannten Formular M nach, dass ein Arzt für Beratungen zur Verfügung steht und bei Bedarf kontaktiert werden kann. Bei den Herzsportgruppen besteht sogar eine Anwesenheitspflicht des Arztes während der Übungseinheit. Aufgrund des erhöhten Risikopotentials im Herzsportbereich ist hier die Anwesenheit des Arztes vorgeschrieben, ansonsten darf die Gruppe nicht durchgeführt werden.



### Zur Person

*Ludger Elling greift auf eine knapp 30-jährige Erfahrung im Behindertensport zurück und ist seit 2002 Vizepräsident des Deutschen Behindertensportverbands für Bildung und Lehre und des National Paralympic Committee Germany. Er ist zudem Geschäftsführer der DBS-Akademie und Landeslehrwart im Behindertensportverband NRW.*

# LeasingUnion

Ihr Partner bei führenden Kreditinstituten in Deutschland

**Wir navigieren  
Ihre Investitionen  
erfolgreich und  
sicher!**

**Volle steuerliche Berücksichtigung  
der Leasingraten**

**Einräumung von finanziellen  
Spielräumen für Erweiterungen  
bzw. Modernisierungen**

**Wir vertreten Ihre Interessen bei  
führenden Leasinginstituten  
und Banken**

**Herstellerunabhängig: Entscheiden  
Sie nach Ihren Präferenzen**

### LeasingUnion GmbH & Co. KG

Oberster Kamp 11a  
59069 Hamm

Tel.: 02385/1835

Fax: 02385/940180

fitness@leasingunion.com

www.leasingunion.com

