

Knie- und Hüftsportgruppen

TUM Rehabilitationssportgruppen



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie interessieren sich für unsere ambulanten Knie- und Hüftsportgruppen? Mit diesem Merkblatt möchten wir Sie über organisatorische Details informieren.

Wer kann mitmachen?

Patientinnen und Patienten mit Arthrose im Knie- und/oder Hüftgelenk oder künstlichem Gelenkersatz (Endoprothese), die präventiv und rehabilitativ auf Anraten ihres behandelnden Arztes aktiv etwas zum Erhalt und zur Verbesserung ihrer Gesundheit tun möchten.

Was wird gemacht?

Wir bieten Ihnen ein gezieltes Muskeltraining in Kleingruppen verbunden mit Koordinations- und Gleichgewichtsübungen, mit Förderung der Beweglichkeit sowie Schulung von Gang und Alltagsmotorik. Sie werden von therapeutisch erfahrenen und speziell qualifizierten Sportwissenschaftler*innen angeleitet und betreut. Das Training basiert auf aktuellen wissenschaftlichen Grundlagen, die in Zusammenarbeit mit dem Fachgebiet für Konservative und Rehabilitative Orthopädie der TUM unter der Leitung von Prof. Dr. Thomas Horstmann geschaffen wurden und auch immer wieder aktualisiert werden.

Was muss ich tun, um mitmachen zu können?

1. Erkundigen Sie sich telefonisch oder per E-Mail in unserer Geschäftsstelle (s. u. unter Kontakt) nach freien Plätzen.
2. Sie erhalten von uns per Post oder E-Mail die weiteren Unterlagen zur Teilnahme an unseren Knie- und Hüftgruppen.

Beiträge*

Grundbeitrag (halbjährlich):	50,00 EUR
Spartenbeitrag (halbjährlich):	80,00 EUR
Aufnahmegebühr (einmalig):	20,00 EUR

Wann und wo finden die Übungsstunden statt?*

donnerstags: 15:00 - 16:00 Uhr (DFH1)*
(in Planung) 16:00 - 17:00 Uhr (DFH1)*

Trainingsort ist die Dreifachhalle 1 (DFH1) auf dem TUM Campus im Olympiapark (CiO), Connollystraße 32, 80809 München.

Parkplätze sind ausreichend vorhanden.

Nächstgelegene U-Bahn-Station: „Olympiazentrum“ (U3).

Leistungen von Ihrer Krankenkasse

Unsere Knie- und Hüftgruppen sind von den gesetzlichen Krankenkassen als orthopädische Rehabilitationssportgruppen anerkannt, so dass Sie nach ärztlicher Verordnung Leistungen bei Ihrer Krankenkasse beantragen können (Antrag auf Kostenübernahme Rehabilitationssport - Muster 56). Die Höhe der Leistungen hängt von der Anzahl Ihrer Teilnahmen im Genehmigungszeitraum ab. Gemäß der derzeit geltenden Rahmenvereinbarung) unterstützen die gesetzlichen Krankenkassen jede aktive Teilnahme mit EUR 5,45 (Stand 07/2018), begrenzt auf 50 Übungseinheiten in einem maximalen Zeitraum von 18 Monaten. Die Verrechnung unsererseits erfolgt halbjährlich. Details erfragen Sie gerne in unserer Geschäftsstelle.

Kontakt

Kuratorium für Prävention und Rehabilitation e.V.

Technische Universität München

Ansprechpartner Dr. Christoph Lammel, Simone Langebner

Sprechzeiten* Mo 10:00-12:00 Uhr • Mi 14:00-16:00 Uhr
Do 10:00-11:00 Uhr und nach Vereinbarung

Briefanschrift Georg-Brauchle-Ring 58
80992 München

Fon 089.289.24420

Fax 089.289.24418

Email kuratorium@lrz.tum.de

Web www.ktu.vo.tum.de