

## Ambulantes TherapieZentrum ZaR

### RehaSport im

#### AmbulantenTherapieZentrum

Der VGR (Verein für Gesundheits- und Rehabilitationssport Münster e.V.) bietet im Therapiezentrum qualitativ hochwertige und zertifizierte RehaSport-Gruppen an. Gemeinsam mit Ihnen finden wir die für Sie passende Gruppe; trainieren Sie unter therapeutischer Anleitung in den freundlichen Räumlichkeiten des Therapiezentrums.



## ZaR

### Kompetenzzentrum für ambulante Rehabilitation

### RehaSport im ZaR

Positive Effekte des Rehabilitationssports im VGR sind neben der Stärkung des Selbstbewusstseins auch die Verbesserung von Muskelkraft, Ausdauer, Koordination und Flexibilität. Profitieren Sie von qualitativ hochwertigem RehaSport in angenehmer Atmosphäre in den Räumlichkeiten einer ambulanten Rehabilitationseinrichtung.



## Kontakt

VGR Verein für Gesundheits- und Rehabilitationssport Münster e.V.

Internet: [www.vgr-ms.de](http://www.vgr-ms.de)

Friedrich-Ebert-Strasse 113 · 48153 Münster

Tel. 0251/13 10 842-12 · Fax 0251/13 10 84 22

[therapiezentrum@zar-ms.de](mailto:therapiezentrum@zar-ms.de)

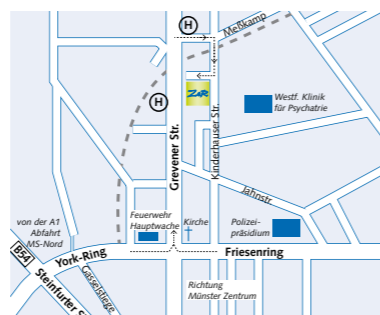


- Parkplatz am Haus
- Buslinie 5 Haltestelle Augustastr.

Grevener Straße 182 · 48159 Münster

Tel. 0251/98767-43 · Fax 0251/98767-69

[vgr@zar-ms.de](mailto:vgr@zar-ms.de)



- Von der Grevener Str. auf den Meßkamp
- Nach ca. 80m rechts in die Kinderhauser Str.
- Das Gebäude des ZaR liegt rechtsseitig, Parkplatz am Haus
- Buslinien 6 und 15 Haltestelle Meßkamp

## Rehabilitationssport

VGR - Verein für Gesundheits- und  
Rehabilitationssport Münster e.V.



## Rehabilitationssport

Rehabilitationssport kann vom Arzt verordnet werden und hat zum Ziel, Ihre physische und psychische Belastbarkeit zu stärken und es Ihnen zu ermöglichen, selbstständig ein Bewegungstraining durchführen zu können. Positive Effekte des Rehabilitationssports im VGR sind neben der Stärkung des Selbstbewusstseins auch die Verbesserung von Muskelkraft, Ausdauer, Koordination und Flexibilität.

## Rehabilitationssport im VGR

Der VGR bietet Ihnen ein breitgefächertes Rehabilitationssportangebot unter therapeutischer Anleitung.

Zusammen mit Ihnen erstellen wir unter Berücksichtigung Ihrer Bedürfnisse und Wünsche Ihr individuelles Trainingskonzept.

### Ihre Vorteile:

- Nutzen Sie unser hochwertiges Angebot an zwei Standorten in Münster
- Profitieren Sie von qualitativ hochwertigem RehaSport in angenehmer Atmosphäre
- Trainieren Sie bei hochqualifizierten Therapeuten
- Ergänzen Sie Ihr Gruppentraining durch eine Medizinische Trainingstherapie (gerätegestützt)
- Nutzen Sie die Flexibilität unseres umfangreichen Gruppenprogramms mit unterschiedlichen Trainingsschwerpunkten

## Häufig gestellte Fragen zum RehaSport

### Wie kann ich mich für den RehaSport bei Ihnen anmelden?

Es ist uns wichtig, dass Sie den RehaSport in einer auf Ihre Beschwerden ausgerichteten Gruppe durchführen können. Wir führen daher mit jedem Interessenten ein Vorgespräch, in dem die geeignete Gruppe gefunden wird. Bitte kontaktieren Sie uns zwecks Vereinbarung eines Gesprächstermins. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir Aufnahmegespräche nur nach vorheriger Terminvereinbarung durchführen können. Bitte bringen Sie zu dem Gesprächstermin Ihre (zuvor von der Krankenkasse genehmigte) RehaSport-Verordnung mit.

### Wo finde ich den aktuellen Gruppenübersichtsplan?

Wenn Sie sich vor dem Gespräch bereits über die für Sie passenden Gruppen informieren möchten finden Sie die aktuellen Gruppenübersichtspläne auf unserer Internetpräsenz:

[www.vgr-ms.de](http://www.vgr-ms.de)



### Wie lange ist meine Verordnung gültig?

Das Verordnungsende ist auf der Verordnung durch Ihre Krankenkasse angegeben worden. Im Normalfall beträgt die Laufzeit orthopädischer Verordnungen 18 Monate ab Ausstellungsdatum oder 50 Termine, je nachdem, was eher erreicht ist. Sollten Sie bei Verordnungsende nicht alle Termine absolviert haben, so verfallen die übrigen Termine.

### Gibt es eine Frist, bis wann ich den RehaSport beginnen muss?

Nein, es gibt keine Frist, wann spätestens mit der Verordnung begonnen werden muss. Leider gibt es gelegentlich Wartezeiten, bis bei uns ein Platz frei wird.

### Darf RehaSport auch im Wasser durchgeführt werden?

Generell ja, allerdings bieten wir diese Form des RehaSports nicht an.

### Darf RehaSport auch an Geräten durchgeführt werden?

Nein. Seit 2011 ist „RehaSport an Geräten“ verboten. Alle Termine der Verordnung finden als Gruppentraining statt. Das Gruppentraining kann allerdings durch Zusatzmodule, z.B. für ein betreutes Gerätetraining, ergänzt werden.

### Muss ich mich bei Verhinderung für jeden Termin abmelden?

Nein, das ist für einzelne Termine nicht nötig. Wenn Sie allerdings länger als drei Wochen krank/ im Urlaub sein sollten ist es sinnvoll, dass Sie sich per Email (an: [vgr@zar-ms.de](mailto:vgr@zar-ms.de)) abmelden, damit Ihnen der Platz erhalten bleibt.

### Ist ein Gruppenwechsel möglich?

Seitens der Krankenkassen wird eine regelmäßige Teilnahme in einem festen Gruppenumfeld gewünscht. Ein Gruppenwechsel ist nur in Sonderfällen möglich.

### Ich muss den RehaSport, z.B. wegen Umzugs in eine andere Stadt, beenden. Wie ist das möglich?

Die Teilnahme am Rehabilitationssport kann mit einem Vorlauf von zwei Wochen jeweils zum Monatsende beendet werden. Wir benötigen dann eine schriftliche Kündigung von Ihnen (auch per Email möglich) und rechnen lediglich die bis dahin absolvierten Termine mit der Krankenkasse ab. Mit einer Kopie der Verordnung können Sie dann den RehaSport bei einem anderen Anbieter fortsetzen.

### Meine Verordnung geht dem Ende zu, wie kann ich weiter am Ball bleiben?

Es freut uns, dass Sie die positiven Effekte spüren und weiter aktiv bleiben möchten. Bitte melden Sie sich frühzeitig, am besten mindestens einen Monat vor Verordnungsende bei uns, um Ihren Platz reserviert zu halten.

**Es gibt für Sie dann zwei Möglichkeiten um weiterhin teilzunehmen:**

1. Über eine neue (Folge-)Verordnung: Wenden Sie sich an Ihren Arzt. Anspruch besteht allerdings nur auf eine einzige Verordnung. Bei entsprechender Begründung seitens des Arztes besteht allerdings die Möglichkeit, dass die Krankenkassen auch (mehrere) Folgeverordnungen genehmigen.
2. Ohne Verordnung: Auch ohne ärztliche Verordnung können Sie weiterhin und dauerhaft an Ihrer Gruppe teilnehmen. Wir bieten verschiedene Module zur Fortsetzung des Gruppen- oder Gerätetrainings an.