

VGR Münster e.V.

Wichtige Teilnehmerinformationen zum Wiedereinstieg in den RehaSport am 25.05.2020

Sehr geehrte RehaSport-Teilnehmerinnen und –Teilnehmer,

hiermit möchten wir Ihnen mitteilen, dass wir den RehaSport-Betrieb in Kürze wieder aufnehmen werden. Ab Montag, 25.05., wird der RehaSport an unseren beiden Standorten in Münster (ZaR und ATZ) wieder planmäßig stattfinden.

Bitte lesen Sie diesen Text aufmerksam und in allen Details durch, da es sich um wichtige Informationen zu Ihrer eigenen Sicherheit und zur Sicherheit Ihrer Mitsportler handelt.

1. Anmietung der DJK-Sporthalle für alle ZaR-Gruppen

Um das Infektionsrisiko für alle Beteiligten bestmöglich einzugrenzen konnten wir einen Hallentrakt der DJK-Sporthalle anmieten, und damit den verfügbaren Platz pro Teilnehmer vervielfachen. Alle Gruppen, die normalerweise im ZaR Münster stattfinden, können deshalb bis auf Weiteres in einem Hallentrakt der DJK-Sportschule (auf der anderen Straßenseite der Grevener Straße) stattfinden. Eine Beschreibung, wie Sie die Halle erreichen, finden Sie im Anhang dieser E-Mail.

2. Anpassung von Gruppenzeiten durch den Transfer zur DJK-Sporthalle

Einige wenige Gruppen (von Marie Stoldt, Sabine Bütterhoff und Anja Schröder) müssen um 15 Minuten nach hinten verlegt werden, weil die Übungsleiter die Zeit benötigen, um die DJK-Sporthalle zu erreichen. Welche Gruppen sich um 15 Minuten verschieben, entnehmen Sie bitte der Übersicht im Anhang.

3. Alle ATZ-Gruppen können weiterhin im ATZ stattfinden

Das gesamte RehaSport-Programm, das regulär in den Räumlichkeiten des Ambulanten TherapieZentrums (ATZ) stattfindet, kann ab Montag, 25.05., wieder dort absolviert werden. Bitte beachten Sie unsere Hinweise zur Umkleidesituation weiter unten. Die bekannten ATZ-Gruppenzeiten werden vollständig beibehalten.

4. Hygienemaßnahmen und Umkleidesituation

Entsprechend der Empfehlung des Landessportbundes und des Behindertensportverbandes sind alle **Umkleiden zu sperren**. Daher besteht einerseits keine Möglichkeit, sich vor Ort umzuziehen, und andererseits leider auch keine Möglichkeit, nach dem Sport zu duschen. Die

Toiletten bleiben zugänglich und nutzbar. Bitte kommen Sie bereits umgezogen zur Gruppe (z.B. im Trainingsanzug) und wechseln Sie nur kurz vor dem Betreten der Halle/ des Gruppenraumes die Schuhe.

Tragen Sie auf dem Weg zu Ihrem Sportraum bzw. Hallentrakt einen **Mund-Nase-Schutz**, den Sie auch während des digitalen Unterschreibens weiterhin tragen. Der Schutz darf erst bei Beginn der sportlichen Aktivität abgelegt werden und ist nach dem Ende der Einheit unmittelbar wieder anzulegen.

5. Wichtige Information zur Laufzeit Ihrer RehaSport-Verordnung

Der aktuelle Stand ist, dass die Krankenkassen alle RehaSport-Verordnungen nach Eigenaussage „unbürokratisch“ verlängern werden. Wir gehen zum aktuellen Zeitpunkt davon aus, dass es für Sie nicht nötig ist, Ihre Verordnung selbst bei Ihrer Krankenkasse verlängern zu lassen, sondern dass es eine generelle Verlängerung der Abrechenbarkeit aller während der Corona-Pandemie aktiven Verordnungen um die Dauer der Pandemie geben wird. Wir werden daher alle Verordnungen, die am 17.03. (Start der RehaSport-Sperre) in unserem System aktiv waren, um die Ausfallzeit verlängern. Die genaue Dauer der Ausfallzeit wird von den Krankenkassen definiert werden, wenn ein normaler Betrieb wieder möglich ist. Sobald dazu eine offizielle Aussage vorliegt werden wir Sie informieren und das selbstverständlich im System anpassen.

6. Formular erforderlich: Einverständniserklärung zur Teilnahme am RehaSport während der Corona-Pandemie (wichtig!)

Um während der Corona-Pandemie an einer RehaSport-Gruppe teilnehmen zu dürfen ist es erforderlich, dass Sie eine Einverständniserklärung unterzeichnen. Sonst ist eine Teilnahme leider nicht möglich. Am besten ist es, wenn Sie sich das angehängte Formular ausdrucken und es dann unterschrieben beim ersten Termin abgeben. Falls Sie das nicht tun können, wird der Übungsleiter einige Blanks-Formulare dabei haben, damit Sie das Formular vor Ort ausfüllen können. Um einen schnellen Start zu ermöglichen bitten wir Sie aber, das Dokument bereits ausgefüllt mitzubringen.

7. Informationen zur Durchführung

Unsere Übungsleiter werden, um die Infektionsgefahr zu minimieren, nur wenige Übungen mit Hilfsmitteln durchführen, und stattdessen viele Übungen anbieten, die ohne Kleingeräte auskommen oder aber Alltagsgegenstände verwenden. Bitte bringen Sie deshalb neben dem üblichen Handtuch zum Unterlegen **ein zweites Handtuch beliebiger Größe** mit. Dies wird

zur Übungsdurchführung verwendet werden. Falls Sie eine eigene **Gymnastikmatte** besitzen können Sie diese auch sehr gerne mitbringen.

Wir werden im Umfeld der Sporträume Desinfektionsspender einrichten und bitten Sie, sich vor dem Betreten des Sportraumes die Hände zu desinfizieren. Neben dem Check-In-Terminal wird sich ebenfalls ein Spender befinden, damit Sie sich vor dem Unterschreiben die Hände desinfizieren können.

8. Zusatzmodule für Gerätetraining / MTT

Über die Zusatzmodule werden wir Sie in einer gesonderten E-Mail informieren (in Kürze). Zum aktuellen Zeitpunkt bezieht sich der Start-Termin ausschließlich auf die RehaSport-Gruppen.

9. Anfahrt zur DJK-Sporthalle

Eine Anfahrtsbeschreibung zur DJK-Sporthalle finden Sie im Anhang. Folgen sie vom Parkplatz aus den Schildern „ZaR – Nachsorge“, um zur Halle zu gelangen.

Aufgrund der Corona-Pandemie bleibt das RehaSport-Büro für den persönlichen Kontakt weiterhin geschlossen. Sie erreichen uns am besten per E-Mail und alternativ telefonisch unter

0251/98767-43 .

Bitte informieren Sie sich regelmäßig (idealerweise vor Ihren RehaSport-Einheiten) auf unserer Homepage (www.vgr-ms.de) über aktuelle Entwicklungen und wichtige Ablaufinformationen.

Wir wünschen Ihnen einen guten Wiedereinstieg in den RehaSport und freuen uns, dass es nun wieder losgehen kann!

Ihr VGR-Team