



Behinderten-Sportverband  
Niedersachsen

# Informationen zur Gründung von Sportgruppen „Orthopädie“

**Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.  
Fachverband für Rehabilitations-, Breiten- und Leistungssport  
Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover  
0511/592991-73/-74 – [vereinsservice@bsn-ev.de](mailto:vereinsservice@bsn-ev.de) – [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)**

01.01.2024

## **Inhaltsverzeichnis**

VORBEMERKUNGEN	3
1. WELCHE BEEINTRÄCHTIGUNGEN/BESCHWERDEN HABEN DIE TEILNEHMER/-INNEN?	3
2. WAS IST REHABILITATIONSSPORT BEI ERKANKUNGEN AM STÜTZ- UND BEWEGUNGAPPARAT?	4
3. ORGANISATORISCHE BEDINGUNGEN	5
4. WIE KANN DER VEREIN DIE GRUPPE FINANZIEREN?	5
5. WER SOLLTE ÜBER DIE GRUPPENGRÜNDUNG INFORMIERT WERDEN?	6
6. TERMINE AUSBILDUNG	7
7. NOCH WEITERE FRAGEN?	7

## VORBEMERKUNGEN

Diese Informationen richten sich an Personen, die in bestehenden Sportvereinen eine Sportgruppe für Menschen mit Erkrankungen am Stütz- und Bewegungsapparat (z.B. Wirbelsäulenschäden, Osteoporose, Morbus Bechterew, Amputationen, Krebserkrankungen, ...) einrichten möchten.

Sollten andere Organisationsstrukturen geplant sein (selbständiger Verein, Abteilung in einem `Nicht-Sportverein` wie z.B. Kneipp-Verein) können die entsprechenden weiterführenden

Informationen beim Behinderten-Sportverbandes Niedersachsen e.V. (BSN) angefordert werden.

Alle in dieser Information aufgeführten Richtlinien, Formulare und Hinweise können bezogen werden über die Geschäftsstelle des BSN (Adresse siehe Deckblatt).

Viele Informationen finden Sie hier auf unserer Homepage [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de).

### 1. WELCHE BEEINTRÄCHTIGUNGEN/BESCHWERDEN HABEN DIE TEILNEHMER/-INNEN?

**Haltungsschwächen:** geschwächte und/oder verkürzte Muskelgruppen, die zu belastungsabhängigen Rückenschmerzen und/oder muskulären Verspannungen führen

**Haltungsschäden:** z.B. Kyphosen (Rundrücken), Lordosen (Hohlrücken) und/oder Skoliosen (seitliche Verbiegung der Wirbelsäule) auf Grund unterschiedlicher Ursachen (u.a. Fehlhaltungen, Osteoporose, Scheuermannsche Krankheit)

**Degenerative Prozesse:** Abnutzungserscheinungen der Bandscheiben führen zu falscher Belastung, zur Arthrose der Wirbelgelenke (Spondylarthrose)

**Zustand nach Operationen:** meist nach Bandscheibenvorfall

**Morbus Bechterew:** chronisch entzündliche Wirbelsäulenerkrankung, die zur vollständigen Versteifung in vorgebeugter Position führen kann (bei ausreichender Teilnehmerzahl empfiehlt sich eine spezielle Gruppengründung).

**Osteoporose:** Skeletterkrankung, die durch Entkalkung des Knochens zu Struktur- und Stabilitätsverlust führt. Auch hier kann, begründet durch die Gruppe der Betroffenen (meist ältere Frauen), die Gründung einer eigenständigen Sportgruppe empfohlen werden.

## **2. WAS IST REHABILITATIONSSPORT BEI ERKANKUNGEN AM STÜTZ- UND BEWEGUNGAPPARAT?**

**Auf jeden Fall mehr als „Wirbelsäulengymnastik“!**

Ziele der Sportstunden sind u.a.:

- Anleitung zu belastungsadäquater Bewegung (Aufzeigen rückenschonender Verhaltensweisen)
- Motivation zu lebenslangem Sporttreiben (Bewegungsfreude vermitteln, Freizeitsportarten aufzeigen)
- Aufhebung von Muskelschwächen und/oder -verkürzungen durch gezielte Muskelkräftigung und/oder -dehnung zur muskulären Stabilisierung der Wirbelsäule
- In Abhängigkeit vom Beschwerdebild: Verbesserung/Erhaltung der Beweglichkeit der Wirbelsäule (besonders für Morbus Bechterew-Betroffene)
- Praktische Anleitung zur Durchführung von Ausgleichsübungen als Gegenmaßnahmen zu berufs- und alltagsbedingten Fehlhaltungen
- Erleben von Geselligkeit und Spaß bei Spiel, Sport und Bewegung in der Gruppe

Um diese Ziele zu erreichen, haben sich in der Praxis der bestehenden „orthopädischen Rehabilitationssportgruppen“ folgende Inhalte bewährt:

- Funktionelle Gymnastik,
- Bewegungsspiele in Gruppen (Kleine Spiele = Änderungen des Regelwerks zur Belastungs-dosierung möglich) und `Kleine Tänze`,
- Hinführen zu Freizeitsportarten über das Aufzeigen belastungsadäquater Verhaltensweisen beim Laufen, Radfahren, bei Bewegung allgemein,
- Haltungsschulung, Entwicklung des Körperbewusstseins: Stehen, Gehen und Laufen sowie Heben und Tragen von Gegenständen und
- Vorstellung und Einübung von bzw. Motivation zur Durchführung eines Übungsprogramms für den Alltag.

### 3. ORGANISATORISCHE BEDINGUNGEN

#### ☞ **Voraussetzungen, die die Teilnehmenden erfüllen müssen:**

- Verordnung (Muster 56 oder G0850 von der Dt. Rentenversicherung). Eine weitere Teilnahme nach dem Zeitraum, der über die Verordnung abgedeckt ist, ist möglich und grundsätzlich ein wesentliches Ziel des Angebotes: Anleitung zu lebensbegleitender Bewegung!
- Abschluss aller ärztlichen und physiotherapeutischen Behandlungsmaßnahmen
- keine akuten Beschwerden (Schmerzen)

#### ☞ **Voraussetzungen, die die Übungsleitenden erfüllen müssen**

- Lizenz im Bereich "Orthopädie"

#### ☞ **Zur Gruppe**

- Eine Teilnehmerzahl von 15 darf nicht überschritten werden (Voraussetzung zur Abrechnung mit Leistungsträgern [Krankenkassen, Dt. Rentenversicherung, Berufsgenossenschaften] Einzelkorrektur!).
- Das Sportangebot sollte in einer Sporthalle/einem Gymnastikraum mit entsprechender Ausstattung (Kleingeräte/-materialien, Matten, Hocker) durchgeführt werden.
- Es sollte für jeden Teilnehmenden eine Gymnastikmatte vorhanden sein.
- Es müssen mindestens 45-Minuten lange Einheiten durchgeführt werden, um die o. a. Inhalte anbieten zu können und um als Rehabilitationssport-Gruppe anerkannt zu werden.

#### ☞ **Zur ärztlichen Funktion/Absicherung des Angebotes**

Über die Teilnahme am Sportangebot entscheidet - insbesondere zur Absicherung gegen vorliegende Kontraindikationen - die behandelnde Ärztin/der behandelnde Arzt. Es muss weiterhin eine Ärztin/ein Arzt zur Verfügung stehen, die/der den Teilnehmenden und der Übungsleitung bei Bedarf beratend zur Verfügung steht.

### 4. WIE KANN DER VEREIN DIE GRUPPE FINANZIEREN?

Die Sportgruppe kann sich aus mehreren Quellen finanzieren:

☞ An erster Stelle stehen hier die Mitgliedsbeiträge der Teilnehmenden am Sport. **Aber: Unbedingt beachten: Die Mitgliedschaft im Verein darf bei Teilnehmenden, die über eine Verordnung „Rehabilitationssport“ an den Übungsstunden teilnehmen, nicht verpflichtend gemacht werden. Einer freiwilligen Mitgliedschaft, z. B. um weitere Angebote des Vereins in Anspruch zu nehmen, steht aber nichts im Wege.**

☞ Bei vorliegender genehmigter ärztlicher Verordnung sind Vergütungen von Leistungsträgern (Kranken-, Renten-, Unfallversicherungen) auf der Grundlage der "Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining" (RV) möglich.

Diese RV gilt bundesweit und ist Grundlage für die vom Deutschen Behindertensportverband auf Bundes- (mit dem vdek, der Deutsche Rentenversicherung Bund und den gesetzlichen Unfallversicherungen [Berufsgenossenschaften]) und vom BSN auf Landesebene (mit den Primärkassen und der Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover/Oldenburg-Bremen) abgeschlossenen Vereinbarungen.

Die Vergütungen finden Sie auf [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de).

## **5. WER SOLLTE ÜBER DIE GRUPPENGRÜNDUNG INFORMIERT WERDEN?**

Interessenten können aus dem Kreis der Vereinsmitglieder kommen. Es muss aber auch die Öffentlichkeit, nicht im Sportverein organisierte Personengruppen (z.B. Selbsthilfegruppen) oder Mitglieder aus Vereinen, die dieses spezielle Angebot nicht anbieten können/wollen, auf dieses neue Sportangebot hingewiesen werden. Für die Vereinsmitglieder bietet sich die Vereinszeitung und die Übungsleitenden als Informationsquelle an.

Andere Personen können über die örtliche Presse oder/und Faltblätter (können über den BSN bezogen werden), Handzettel und Plakate erreicht werden.

Weiterhin sollten die örtlichen Ärztinnen und Ärzte (speziell die Orthopäden) über Inhalte, Organisation (s.o.) und Ausbildung der Übungsleitenden informiert werden, um sie für diese Maßnahme zu gewinnen. Auch über diese Schiene wäre die weitere Verbreitung der Informationen über das neue Sportangebot des Vereins möglich.

Beim BSN können Flyer für verordnende Ärzte bezogen werden.

Da die Leistungsträger vor Bewilligung der Verordnung prüfen, ob der Verein anerkannter Leistungserbringer ist, ist es sinnvoll, die Krankenkassen vor Ort frühzeitig über das Vorhaben zu informieren.

Der BSN informiert die Leistungsträger jedes Quartal über die aktuell anerkannten Vereine!

## **6. TERMINE AUSBILDUNG**

Die Voraussetzungen zum Einstieg in die Ausbildung ist eine sportbezogene Vorqualifikation: z.B. Nachweis über den Block 10 der BSN-Ausbildung, A-Lizenz, (Diplom-) Sportlehrer\*in ...

Nähere Informationen im Bereich Bildung auf [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)

## **7. NOCH WEITERE FRAGEN?**

Zur Unterstützung bei Neugründungen von Sportgruppen steht jederzeit die Geschäftsstelle zur Verfügung. Hier können Auskünfte eingeholt werden und es besteht die Möglichkeit, Hilfen in den Bereichen Organisation, Finanzierung, Planung von Informationsveranstaltungen und

Öffentlichkeitsarbeit zu erhalten:

### **Behinderten-Sportverband Niedersachsen e.V.**

Ferdinand-Wilhelm-Fricke-Weg 10, 30169 Hannover

0511/592991-73/-74 – [vereinsservice@bsn-ev.de](mailto:vereinsservice@bsn-ev.de) – [www.bsn-ev.de](http://www.bsn-ev.de)