

Herzsportgruppe

Kardio PuR

Kardio PuR ist der Name der Herzsportgruppe in Steinhagen.
Die Herzsportgruppe ist eine Kooperation des **MVZ Steinhagen (Rehazentrum) und des Schwimmclubs Steinhagen- Amshausen.**
Betreuende Ärzte sind die Kardiologen Dr. N. Buhr und Dr. W. Kaufhold, sowie in der Turnhalle Dr. W. Heinemann.

Häufige Fragen bzgl. der Herzsportgruppe

Wie läuft das mit der Anmeldung?

Zuallererst ist Schnuppern angesagt. Gefällt Ihnen die Gruppe und der Übungsleiter, dann werden die Formalitäten erledigt. Sie benötigen eine Herzsportverordnung (Formular 56, das stellt Ihnen Ihr Arzt aus), die Sie von der Krankenkasse abstempeln lassen müssen. Zusätzlich bekommen Sie das Anmeldeformular für die Herzsportgruppe. Beides bekommen wir ausgefüllt zurück und machen Ihnen eine Kopie davon!

Wieso bekomme ich eine freiwillige Beitritterklärung für den Schwimmverein? Ich will und soll doch Herzsport machen?

Träger des Rehabilitationssports sind Vereine. Nur die sind befähigt, mit den Krankenkassen abzurechnen. Ziel des Herzsports ist es, Sie langfristig für die Bewegung zu begeistern und zu motivieren. Das klappt am besten in einer festen Gruppe und in einem Verein. Sie sind aber nicht verpflichtet, die Vereinsmitgliedschaft zu unterschreiben, um Herzsport durchführen zu können!

Der Vorteil Ihrer Vereinsmitgliedschaft:

Sie können nach Beendigung der Verordnung in ihrer Gruppe weitermachen und sind dann über den Verein versichert. Zusätzlich können Sie montags nachmittags ab 17.30 Uhr in der Zeit des Schwimmvereins kostenlos im Hallenbad ihre Bahnen ziehen oder dienstags um 20.00 Uhr in der Grundschule Laukshof an der Frauengymnastikgruppe teilnehmen. Ebenso können Sie günstiger an Kursen des SCSA teilnehmen.

Über den Schwimmverein laufen auch alle abrechnungstechnischen Dinge mit der Krankenkasse, so dass Sie sich darum nicht kümmern müssen. Auch soll das Außersportliche natürlich nicht zu kurz kommen, so dass bei unserer alljährlichen Weihnachtsfeier und unserem Sommerfest für die Vereinsmitglieder immer kleine Überraschungen durch den Verein geplant sind. Ebenso werden Anschaffungen wie neue Geräte über den Beitrag getätigt.

Wie läuft das mit der Rückerstattung?

Immer kurz nach Mitte und Ende des Jahres erfolgt gleichzeitig mit einer Abbuchung auch die Rückerstattung der Gutschrift. Die errechnet sich aus allen anwesenden Terminen x 6,- Euro. Trainieren Sie in der Turnhalle haben Sie die Möglichkeit, bei regelmäßiger Teilnahme den im Voraus überwiesenen Beitrag komplett erstattet zu bekommen. Wer im Zentrum in der Kleingruppe trainieren möchte hat jedoch aufgrund der hochwertigen Ausstattung mit Ergometern und der kleineren Gruppe immer einen Eigenanteil, den Sie nicht erstattet bekommen. Je regelmäßiger Sie teilnehmen, desto geringer ist Ihr Eigenanteil.

Kann ich zu allen möglichen Terminen trainieren?

Leider nein! Wir haben jeden Tag für 1-2 Gruppen die Möglichkeit, die Räumlichkeiten und Geräte des MVZ Steinhagen zu nutzen. Zusätzlich (als 2. Termin) kann dienstags die Turnhalle genutzt werden.

Wie sieht es in den Schulferien mit Training aus?

Wir versuchen, möglichst viele Termine in den Ferien anzubieten. Auf jeden Fall sind 2 Wochen Weihnachtsferien, 1 Woche Oster-, 4 Wochen Sommer- und 1 Woche Herbstferien von uns in den Beitrag eingerechnet. Zusätzlich buchen wir nur 11 Monate statt 12 ab!

Wann sollten die kardiologischen Untersuchungen stattfinden?

Sie sollten darauf achten, dass Sie sich halbjährlich bei Ihrem behandelnden Kardiologen zur großen Untersuchung vorstellen bzw. früher, falls Sie Probleme haben. Unsere Kardiologen möchten – wenn Sie im MVZ trainieren - auch gerne 1x im Quartal ein Ruhe-EKG bei Ihnen durchführen, denn oft sind die Untersuchungsintervalle so groß, dass z.B. sich verstärkende Rhythmusstörungen sonst nicht frühzeitig erkannt werden können. Fällt unseren Übungsleitern während der Herzsportstunde etwas Auffälliges auf, wird umgehend der Kontakt zum Arzt hergestellt. Die Ruhe-EKGs sollen ganz unbürokratisch vor oder nach der Herzsportgruppe durchgeführt werden.

Beiträge mit gültiger Verordnung

1 Trainingseinheit/ Woche i. d. Turnhalle (Gesamtgruppe)	€ 23,-/ Monat
1 Trainingseinheit/ Woche im Zentrum (Kleingruppe)	€ 33,-/ Monat
2 Trainingseinheiten/ Woche (Turnhalle+ Zentrum)	€ 56,-/ Monat

Bei Abgabe einer **gültigen Herzsportverordnung** erfolgt eine **Rückerstattung pro anwesenden Trainingstermin** von momentan 6,-€ jeweils kurz nach Jahresmitte und Jahresende.

Beiträge ohne gültige Verordnung

1 Trainingseinheit/ Woche i. d. Turnhalle (Gesamtgruppe Dienstag)	€ 15,-/ Monat
1 Trainingseinheit/ Woche im Zentrum (Kleingruppe)	€ 28,-/ Monat
2 Trainingseinheiten/ Woche (Turnhalle+ Zentrum)	€ 43,-/ Monat

Jeder Teilnehmer wird dazu angehalten, sich selbständig um eine Verlängerung seiner Herzsportverordnung zu kümmern, da ohne Verordnung keine Rückerstattung erfolgt!

Daher immer frühzeitig darum kümmern und den behandelnden Kardiologen bitten, diese Verordnung auszustellen, mit der Sie dann zur Krankenkasse gehen!!!