

## Herzsport in eigener Sache

Seit 28 Jahren bietet unser Turnverein für Personen mit Herzerkrankungen, nach Herzinfarkt, Bypass – oder Herzklappenoperation, Schrittmacher und/oder Defibrillator Implantation, Herzsport an, der, wie anerkannte Studien und langjährige Statistiken nachweisen, zur Verbesserung der Herzleistung und zur körperlichen Leistungssteigerung beiträgt und weitere Infarkte verhindern kann. Nach einigen der oben genannten Erkrankung geht der Patient in der Regel in eine Rehabilitation. Schon dort wird anschließend Rehabilitationssport = Herzsport empfohlen und er bekommt eine Kostenzusage mit auf den Weg.

Herzsport wird jedem Betroffenen auch von Kardiologen oder Hausarzt empfohlen. Der Hausarzt stellt einen „Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport“ aus.

Mit dieser Kostenzusage oder dem Antrag sucht sich der Betroffene eine Einrichtung, die Herzsport anbietet. Das sind in Deutschland u. a. viele Turnvereine.

Der Verein, der Herzsport anbietet, muss anerkannt und zertifiziert sein und bestimmte Voraussetzungen erfüllen.



Beide Gruppen der Abteilung Herzsport; allerdings sind nicht alle Mitglieder an diesem Tag anwesend.

Weil es „etwas kostenintensiv“ ist, wird Herzsport von den Rentenversicherungen, den Krankenkassen und den Bundesländern finanziell gefördert.

Voraussetzungen für die Anerkennung und Zertifizierung als Herzsportanbieter sind:

1. Es ist ein Arzt anwesend: bei uns Dr. Friedhelm Dechert oder Dr. Daniel Busse,
2. Übungsleiter mit gültiger Herzsportlizenz:



Seit zwei Jahren ist Harald Klepsch Trainer und Übungsleiter der Gruppe 1 der Herzsportabteilung.

Siegfried Zinn seit 1982 (also von Anfang an.)

3. Die Gruppen sind mit einem Notfallkoffer mit entsprechenden Medikamenten, einem Defibrillator und einem Notfalltelefon ausgerüstet.

Der TVS erfüllt diese Voraussetzungen und ist somit anerkannt und zertifiziert. Diese Zertifizierung muss alle 2 Jahre beim Hessischen Behinderten und Rehabilitations Sportverband neu beantragt werden. Die Lizenz der Übungsleiter hat auch nur eine Gültigkeit von 2 Jahren. In dieser Zeit müssen sie sich für die Verlängerung der Lizenz durch Weiterbildungslehrgänge fortbilden; z. B. in Rotenburg a. d. Fulda, Frankfurt, Bad Vilbel oder in einem anderen Bundesland; und das meist über ein Wochenende, weil für 2 Jahre 16 Fortbildungsstunden gefordert werden.

Als Rehabilitationssport ist nach der „Rahmenvereinbarung vom 01.10.2003 und in der Fassung vom 01.01,2007“ anerkannt: Gymnastik, auch mit kleinen Sportgeräten, Schwimmen – bieten wir aber nicht an, sowie Bewegungs- und Ballspiele (Prellball, Volleyball u.d.gl.) und, je nach Belastbarkeit, Kraft-Ausdauer- und Koordinationsübungen. Wichtig dabei ist, dass keine Press- bzw. Krafthalteübungen durchgeführt werden.

Es ist ganz interessant zu erfahren, wie der weitere Weg der Zusammenarbeit des Vereins mit dem Hessischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverband (HBRV), mit Sitz in Fulda aussieht:

Der Verein schickt den „Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitations-Sport“ an den HBRS. Der schickt diesen an die entsprechenden Kostenträger, schickt dem Verein dann bei Zusage eine Teilnahmebestätigung worin der Teilnehmer jede einzelne Teilnahme durch Unterschrift bestätigen muss. Der HBRS rechnet nun mit den Kostenträgern halbjährig ab. Einheitlich in allen Bundesländern bekommt jeder anerkannte und zertifizierte Verein für jede Teilnahme auf dem genehmigten Antrag 6,00 €, den die Kostenträger an den HBRS überweisen und der wiederum an den Verein.

Sollten weniger als 4 Teilnehmer mit Kostenzusage am Herzsport teilnehmen, bekommt der Verein zur Kostendeckung für den obligatorischen Sportarzt, die lizenzierten Übungsleiter und für die Pflege der Notfallausstattung Zuschüsse aus Landesmitteln über den HBRS. Die Erstattung der Kostenträger wird mit diesen Zuschüssen verrechnet.

Neu ist seit 01.01.2007 – und das hat ein Umdenken in den Vereinen und Herzsportabteilungen erfordert – dass erkrankte Personen mit einer von den Kostenträgern bestätigten Kostenzusage, in den Herzsportgruppen teilnehmen dürfen, ohne Mitglied des Vereins werden zu müssen. Dies gilt bei den Rentenversicherungen für 6 Monate, bei den Krankenkassen für 30 Monate oder höchstens 90 Teilnahmen. Freiwillig können diese Personen – und wenn sie auch noch andere Sportangebote des Vereins nutzen wollen, selbstverständlich Mitglied im Verein werden.

In vielen Arztpraxen in unmittelbarer Nähe Seckbachs haben wir Faltschichten verteilt, um auf unser Angebot mit den wichtigsten Informationen aufmerksam zu machen.

Jeder, der am Herzsport teilnehmen möchte oder sollte, ist donnerstags bei uns herzlich willkommen:

in Gruppe I	belastbar	bis 100 Watt	von 16:00 Uhr – 17:30 Uhr
in Gruppe II	belastbar	über 100 Watt	von 17:30 Uhr – 19:00 Uhr

Auf Anregung unseres Mitsportlers Jürgen Wagner war es möglich, für die komplette Herzsportgruppe ein einheitliches Tshirt – mit der Beflockung „Reha-Technik direkt“ – kostenlos (das war eine Spende) zu erhalten.

Wir danken der Firma

**new** STORE<sup>®</sup>  
EUROPE

---

ganz herzlich für diese Spende.

Die Teilnehmer fühlen sich wohl in den Herzsportgruppen und in unserem Verein und kommen schon viele Jahre zu uns. In der Gruppe 1 der Abteilung geht es so ca. dreimal im Jahr zum Kegeln, auch das ist Sport für Herzkranke.



Siegfried Zinn

## **S P O R T**

- nach einem Herzinfarkt
- einer Bypass – OP
- einer Klappen – OP
- oder insgesamt nach einer koronaren Herzkrankheit

*ist in der Gruppe am schönsten!*

Der TV Seckbach war einer der ersten Vereine in Frankfurt, der Herzsport angeboten hat. Je nach Belastbarkeit finden in 2 Gruppen Gymnastik und kleine Spiele unter fachkundiger ärztlicher, lizenzierter und zertifizierter sportlicher Betreuung statt.

Immer donnerstags:  
Gruppe 1 : 16.00 bis 17.30 Uhr  
Gruppe 2 : 17.30 bis 19.00 Uhr

Nähere Informationen:  
S. Zinn                    47 22 32  
H. Vitt                    90 47 37 36  
Dr. F. Dechert        47 35 49

*Herzsport wird seit 1983 im Turnverein Seckbach angeboten und ist ein fester Bestandteil des Sportangebotes.*

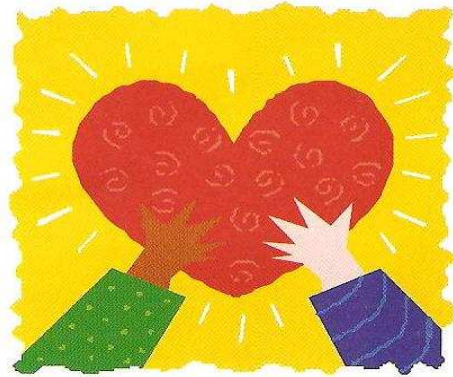
*Kleingeräte, u.a. Gymnastikbälle, Keulen, Hanteln, Medizinbälle, Gymnastikstäbe, Matten usw. gehören zum Repertoire der Sportstunden.*

*Kleine Spiele, wie Prellball, Ball über die Schnur, Volleyball usw. runden die Sportstunde harmonisch ab.*

Die Erkenntnis ist gesichert:

*Nachhaltig Sport treiben, vor allem in einer Gruppe, ist gesund, belebt Geist und wirkt vorbeugend gegen mögliche Folgeprobleme.*

**SPORT IST MEDIZIN**



**HERZSPORT**



*im*

**TURNVEREIN**

**SECKBACH**

*Am Schießrain 2  
60389 Frankfurt/M.*