

## Reha-Sport und Funktionstraining

[https://www.bar-frankfurt.de/fileadmin/dateiliste/\\_publikationen/reha\\_vereinbarungen/vereinbarung/downloads/rahmenvereinbarung\\_ueber\\_den\\_rehabilitationssport\\_und\\_das\\_funktionstraining.pdf](https://www.bar-frankfurt.de/fileadmin/dateiliste/_publikationen/reha_vereinbarungen/vereinbarung/downloads/rahmenvereinbarung_ueber_den_rehabilitationssport_und_das_funktionstraining.pdf)

<https://www.dmrz.de/wissen/ratgeber/muster-56-fuer-rehasport-antrag-auf-kostenubernahme-richtig-ausfuellen>

<https://www.tk.de/techniker/leistungen-und-mitgliedschaft/informationen-versicherte/leistungen/weitere-leistungen/reha-massnahmen-und-vorsorge-kuren/reha-sport-und-funktionstraining/rehasport-funktionstraining-beantragen-2002222?tkcm=ab>

<https://www.klinik-eichholz.de/reha-wiki/reha-waehrend-arbeitslosigkeit/>

## Das Wichtigste in Kürze

Rehabilitationssport (kurz: Reha-Sport) und Funktionstraining sind Sport- und Bewegungsangebote, die ärztlich verordnet werden können. Reha-Sport trainiert den gesamten Körper und soll nach einer Erkrankung/Operation die frühere Belastbarkeit wiederherstellen. Funktionstraining stärkt durch bewegungstherapeutische Übungen insbesondere Muskeln und Gelenke. Die Maßnahmen dauern je nach Erkrankung und Kostenträger in der Regel 6 Monate bis 3 Jahre.

## Reha-Sport

Zum Reha-Sport zählen **Sport, sportliche Spiele** und gezielte **bewegungstherapeutische Übungen**. Möglich sind auch Entspannungsübungen oder Gebrauchsübungen für technische Hilfen. Die Maßnahmen sind abhängig von den (Vor-)Erkrankungen und gesundheitlichen Einschränkungen der Teilnehmenden.

**Ziele** von Reha-Sport sind:

- Ausdauer und Kraft stärken
- Koordination und **Flexibilität** verbessern
- Selbstbewusstsein stärken, insbesondere auch von Menschen mit **Behinderungen**
- Hilfe zur Selbsthilfe bieten, Eigenverantwortung stärken und Teilnehmende motivieren, auch nach dem verordneten Reha-Sport weiter Sport zu treiben

Reha-Sport findet immer in **Gruppen** zu regelmäßigen Terminen statt, denn es geht auch um den Erfahrungsaustausch zwischen Betroffenen, um gruppendiffusivische Effekte und Selbsthilfe.

## Funktionstraining

Funktionstraining umfasst bewegungstherapeutische Übungen und wird als Trocken- und/oder Wassergymnastik angeboten. Es wird häufig bei Problemen der Stütz- und Bewegungsorgane verordnet (z.B. Muskel- und Gelenkschmerzen), insbesondere bei degenerativen und entzündlichen Veränderungen wie **Rheuma** und **Osteoporose**.

**Ziele** von Funktionstraining sind:

- Körperliche Funktionen erhalten oder verbessern
- Funktionsverluste von Organen/Körperteilen verzögern
- Schmerzen lindern
- Beweglichkeit verbessern
- Krankheitsbewältigung unterstützen
- Selbsthilfepotentiale aktivieren, um die Eigenverantwortung für die Gesundheit zu stärken und langfristig zu körperlichem Training zu motivieren

## Wer finanziert Reha-Sport und Funktionstraining?

Reha-Sport und Funktionstraining sind sog. [ergänzende Leistungen zur Reha](#). Das heißt, die Kostenträger der jeweiligen Reha finanzieren sie im Zusammenhang mit einer Leistung der [medizinischen Reha](#) oder einer Leistung zur Teilhabe am Arbeitsleben ([berufliche Reha](#)), nicht für sich allein. Reha-Sport und Funktionstraining im Anschluss an eine Reha-Leistung sollten daher möglichst zeitnah beginnen, damit noch ein eindeutiger Zusammenhang zur Reha besteht.

Wenn die Krankenkasse zuständig ist, können Reha-Sport und Funktionstraining auch ohne eine Reha-Leistung gewährt werden. Voraussetzung ist dann aber, dass eine von der Krankenkasse finanzierte Krankenbehandlung stattfindet oder zuletzt stattgefunden hat.

Bei einer ärztlichen Feststellung, dass Reha-Sport oder Funktionstraining aus medizinischen Gründen erforderlich ist, ist in der Regel die [Krankenversicherung](#) zuständig. Die **Antragstellung** erfolgt mit dem Vordruck „Antrag auf Kostenübernahme von Rehabilitationssport/Funktionstraining“ (Muster 56).

Die [Rentenversicherung](#) übernimmt die Kosten, wenn während einer von ihr bezahlten [medizinischen Reha](#) oder [beruflichen Reha](#) die Notwendigkeit für Reha-Sport oder Funktionstraining festgestellt wurde. Die Maßnahmen müssen dann **innerhalb von 3 Monaten** nach Reha-Ende begonnen werden.

Quellen:

-  
[https://www.bar-frankfurt.de/fileadmin/dateiliste/\\_publikationen/reha\\_vereinbarungen/vereinbarung/downloads/rahmenvereinbarung\\_ueber\\_den\\_rehabilitationssport\\_und\\_das\\_funktionstraining.pdf](https://www.bar-frankfurt.de/fileadmin/dateiliste/_publikationen/reha_vereinbarungen/vereinbarung/downloads/rahmenvereinbarung_ueber_den_rehabilitationssport_und_das_funktionstraining.pdf), in Punkt 1.2, S. 9 ist nur von medizinischer Reha die Rede, aber in Punkt 1.3 von LTA der Unfallversicherung

- Anna hat bei der Rentenversicherung keine derartige Leistung bei beruflicher Reha gefunden  
- beck-online: SGB VI § 28 Ergänzende Leistungen Kater beck-online.GROSSKOMMENTAR (Kasseler Kommentar), GesamtHrsg: Körner/Krasney/Mutschler/Rolfs, Stand: 01.07.2020, Rn. 10a:  
Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining soweit "in ihr Leistungsbeschränkungen enthalten sind, die nicht bereits gesetzlich geregelt sind" wichtig; dort in Randnr. 12: "Funktionstraining [...] kann als ergänzende Leistung auch nach Abschluss der medizinischen Reha oder einer Berufsförderung durchgeführt werden."

**Reha-Sport und Funktionstraining auch ohne Reha als Hauptleistung:** z.B.

<https://www.dmrz.de/wissen/ratgeber/rehasportverordnung>), Janina hat bei BKK Mobil Oil und Bürgertelefon des Gesundheitsministeriums angerufen, Ergebnis: geht auch ohne Reha, genannte

Rechtsgrundlagen: § 43 SGB V und § 64 SGB IX.

Janina liest auch die beck-online Kommentare zu § 43 SGB V so, dass über die Krankenkasse Reha-Sport verordnet werden kann, ohne dass vorher eine Reha stattgefunden haben muss.

## Aber:

- Jabben BeckOK Sozialrecht, Rolfs/Giesen/Meßling/Udsching 65. Edition Stand: 01.09.2020/): "Die Regelungen des § 64 Abs. 1 Nr. 3 und Nr. 4 betreffen den ärztlich verordneten Rehabilitationssport und das Funktionstraining, die als ergänzende ambulante Leistungen im unmittelbaren Anschluss an eine medizinische Rehabilitation geleistet werden können (vgl. Kreikebohm SGB VI/Zabre Rn. 4)."
- SGB IX § 64, Ergänzende Leistungen, Jabben BeckOK Sozialrecht, Rolfs/Giesen/Meßling/Udsching, 65. Edition, Stand: 01.09.2020 Rn. 6: "Das Funktionstraining setzt wie der Rehabilitationssport eine vorhergehende Leistung zur medizinischen Rehabilitation voraus, aus der heraus das Funktionstraining verordnet wird."
- SGB IX § 64, Ergänzende Leistungen, Jabben Neumann/Pahlen/Greiner/Winkler/Jabben, SGB IX, 14. Auflage 2020, Rn. 11: "Der Rehabilitationssport kommt als ergänzende Leistung nur im Anschluss an eine Hauptleistung in Betracht (GK-SGB IX/Löschau § 44 Rn. 39). Aufgrund des inneren Zusammenhangs mit der Hauptleistung sollte auch ein enger zeitlicher Zusammenhang vorliegen."

## Vermutung Luisa:

Vielleicht kann "Rehasport und Funktionstraining" unter § 43 Abs. 1 Nr. 1 fallen, dann setzt es keine Reha als Hauptleistung voraus, sondern es reicht eine "Krankenbehandlung" die zuletzt die Krankenkasse geleistet hat.

Quelle: <https://www.gesetze-bayern.de/Content/Document/Y-300-Z-BECKRS-B-2018-N-39953>, LSG München, Urteil v. 28.06.2018, Az.: L 4 KR 395/14Rnr. 36: "Der Rehabilitationssport muss ferner zumindest Maßnahmen der Krankenbehandlung einschließlich medizinischer Rehabilitation ergänzen, denn ergänzende Leistungen zur Rehabilitation sind von den Krankenkassen akzessorisch zu einer zuvor oder gleichzeitig von ihnen zu gewährenden Hauptleistung zu erbringen (BSG, Urteil vom 17.06.2008, B 1 KR 31/07 R, Rn. 35)"

Wenn Reha-Sport oder Funktionstraining aufgrund eines Arbeitsunfalls (auch Wegeunfälle gehören dazu) oder einer Berufskrankheit notwendig sind, übernimmt die Unfallversicherung die Kosten.

Bei einer gesundheitlichen Schädigung z.B. von Opfern von Gewalttaten oder bei einem Impfschaden sind die Träger der sozialen Entschädigung zuständig. Näheres unter Soziale Entschädigung.

Unter bestimmten Voraussetzungen und wenn kein anderer Kostenträger zuständig ist, können Reha-Sport und Funktionstraining im Rahmen einer beruflichen Reha (= Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben) auch von der Agentur für Arbeit übernommen werden.

**Privatversicherte** müssen in der Regel einen Vertrag über die Reha-Sport- bzw. Funktionstrainings-Leistungen mit dem Leistungserbringer abschließen und erhalten eine Rechnung. Diese Rechnung können sie dann bei ihrer Krankenversicherung zur Erstattung einreichen. Ob und in welcher Höhe die Kosten erstattet werden, sollten Privatversicherte deshalb immer **im Voraus** mit ihrer Krankenversicherung klären.

Bei Menschen ohne Krankenversicherung kann für medizinische Rehabilitation ausnahmsweise auch der Träger der Eingliederungshilfe im Rahmen der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen oder der Träger der Jugendhilfe (vertreten durch das Jugendamt) im Rahmen der Eingliederungshilfe für Kinder und Jugendliche mit seelischen Behinderungen zuständig sein.

Finanzieren diese Träger die medizinische Reha, sind sie auch für Reha-Sport und Funktionstraining im Zusammenhang damit zuständig.

## Verordnung von Reha-Sport und Funktionstraining

Reha-Sport und Funktionstraining werden bei medizinischer Notwendigkeit von der behandelnden Praxis ärztlich verordnet. Wenn die Rentenversicherung der Kostenträger ist, kann die Verordnung auch in einer Reha-Einrichtung ärztlich verordnet werden.

In der Verordnung stehen

- die Diagnose nach ICD 10 und ggf. Nebendiagnosen,
- die Gründe und Ziele, warum Reha-Sport/Funktionstraining (weiterhin) notwendig ist,
- die Dauer des Reha-Sports bzw. des Funktionstrainings sowie
- eine Empfehlung für die Auswahl der geeigneten Reha-Sportart, bzw. des geeigneten Funktionstrainings.

Im:

- Grundsätzlich regelt § 64 SGB IX die ergänzenden Leistungen zur medizinischen Reha und zu den Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben. Wer nur diese Norm liest, denkt, sie gelte allein für die Träger aus § 6 Abs. 1 Nr. 1-5 SGB IX. (ges. Krankenkassen, BA, ges. UV, ges. RV und KriegsopferV (=künftig Träger der sozialen Entschädigung))

- Für die Eingliederungshilfe vom Träger der Eingliederungshilfe gilt allerdings § 109 SGB IX, wonach § 64 Abs.1 Nr.3-6 SGB IX auch für die Eingliederungshilfe vom Träger der Eingliederungshilfe gelten. Die ergänzenden Leistungen aus § 64 Abs. 1 Nr. 3-6 SGB IX sind die Folgenden:

- ärztlich verordneter Gruppen-Reha-Sport unter ärztlicher Betreuung und Überwachung, einschließlich Übungen für Frauen und Mädchen mit Behinderungen oder die von Behinderung bedroht sind, die der Stärkung des Selbstbewusstseins dienen,
- ärztlich verordnetes Funktionstraining in Gruppen unter fachkundiger Anleitung und Überwachung
- Reisekosten sowie
- Betriebs- oder Haushaltshilfe und Kinderbetreuungskosten.

Das ist aber noch nicht alles:

In § 35a Abs. 3 SGB VIII (Eingliederungshilfe vom Träger der Jugendhilfe) heißt es: "Aufgabe und Ziele der Hilfe, die Bestimmung des Personenkreises sowie Art und Form der Leistungen richten sich nach [...] den Kapiteln 3 bis 6 des Teils 2 des Neunten Buches [...]"

Das sind die §§ 109-116 SGB IX.

Wir haben hier also eine Normenkette von § 35a Abs.3 SGB VIII über § 109 SGB IX hin zu § 64 Abs. 1 Nr. 3-6 SGB IX.

## Wie lange wird Reha-Sport und Funktionstraining gezahlt?

Reha-Sport bzw. Funktionstraining kann je nach Kostenträger und Schwere der Erkrankung unterschiedlich lange in Anspruch genommen werden:

Kostenträger	Dauer
Rentenversicherung	In der Regel 6 bis 12 Monate
Unfallversicherung	Die Anspruchsdauer ist nicht begrenzt, sodass Reha-Sport/Funktionstraining wiederholt gewährt werden kann, z.B. bei Erblindung, Amputation oder schwerer Schädel-Hirn-Verletzung.

**Reha-Sport:** In der Regel etwa 50 Übungseinheiten in 18 Monaten, bei bestimmten Erkrankungen (z.B. [Multiple Sklerose](#), [Parkinson](#) oder [COPD](#)) bis zu 120 Übungseinheiten in 36 Monaten.

Krankenversicherung Bei chronischen Herzkrankheiten (z.B. [KHK](#)) können in der Regel 90 Übungseinheiten, bei herzkranken Kindern und Jugendlichen 120 Übungseinheiten, in 24 Monaten in Anspruch genommen werden.

**Funktionstraining:** In der Regel etwa 12 Monate, bei schwerer Beeinträchtigung der Beweglichkeit/Mobilität durch bestimmte chronische Erkrankungen etwa 24 Monate.

Danach ist eine neue ärztliche Verordnung nötig.

Bei welchen Erkrankungen Reha-Sport bzw. Funktionstraining von den Trägern länger bezahlt wird, ist in der „Rahmenvereinbarung über den Rehabilitationssport und das Funktionstraining“ geregelt. Die [Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation \(BAR\)](#) stellt diese unter [www.bar-frankfurt.de > Service > Publikationen > Reha Vereinbarungen](http://www.bar-frankfurt.de) zum Download zur Verfügung.

Soweit diese Rahmenvereinbarung die gesetzlichen Ansprüche auf Reha-Sport bzw. Funktionstraining einschränkt, ist sie nichtig. Wird also Reha-Sport oder Funktionstraining auf Grund von Regeln in der Rahmenvereinbarung abgelehnt, kann es im Einzelfall trotzdem möglich sein, sie nach einem [Widerspruch](#) oder einer [Klage](#) zu bekommen.

## Praxistipps

Quelle für die Telefonnummern: <https://www.dbs-npc.de/rehabilitationssport-ansprechpartner.html>

- Viele Sportverbände für Menschen mit Behinderungen bieten auch Reha-Sportarten und Funktionstrainingsmaßnahmen an. Über entsprechende Gruppen informiert Sie die Hauptgeschäftsstelle des Deutschen Behindertensportverbands, Telefon 02234 6000-301 bzw. 02234 6000-306, [www.dbs-npc.de > Schnellzugriff > Rehasportgruppen](http://www.dbs-npc.de > Schnellzugriff > Rehasportgruppen).
- Bei dem gemeinnützigen Rehasport e.V. finden Sie unter [www.rehasport-finder.de](http://www.rehasport-finder.de) Anbieter von Reha-Sportmaßnahmen nach PLZ.
- Sportkurse können auch als sog. **Präventionskurse** zur Vorbeugung insbesondere von den Krankenkassen vollständig oder zum Teil finanziert werden. Die Kostenübernahme ist ggf. an bestimmte Bedingungen geknüpft, z.B. Zertifizierung eines Kurses. Deshalb sollten Sie **vor** Beginn eines Kurses die Kostenzusage Ihrer Krankenkasse einholen. Vorbeugender Sport kann außerdem Teil von Präventionsmaßnahmen der Rentenversicherungsträger sein. Ggf. können auch andere Träger vorbeugenden Sport finanzieren. Näheres unter [Prävention](#).

## Wer hilft weiter?

Der jeweilige Kostenträger ([Krankenversicherung](#), [Rentenversicherung](#), [Unfallversicherung](#), [Agentur für Arbeit](#) bzw. die [Träger der sozialen Entschädigung](#), [Eingliederungshilfe](#) oder das [Jugendamt](#)). Bei der Krankenkasse können auch die Adressen von Reha-Sportgruppen in der Nähe erfragt werden. Diese haben eine Übersicht über die Sportvereine und -gruppen, mit denen sie vertraglich Kostenvereinbarungen (regional unterschiedlich) getroffen haben.

## Verwandte Links

[Rehabilitation](#)

[Medizinische Rehabilitation](#)

[Ergänzende Leistungen zur Reha](#)

[Rheuma > Bewegung, Sport und Mobilität](#)

[Fatigue - Chronisches Erschöpfungssyndrom](#)

Rechtsgrundlagen:

- Krankenkasse: § 43 SGB V i.V.m. § 64 SGB IX Abs. 1 Nr. 3 und 4
- Rentenversicherung: § 28 SGB VI i.V.m. § 64 SGB IX Abs. 1 Nr. 3 und 4
- Unfallversicherung: § 39 SGB VII i.V.m. § 64 SGB IX Abs. 1 Nr. 3 und 4
- Träger der sozialen Entschädigung: § 62 S. 1 Nr. 4 und S. 4 i.V.m. § 42 S.1 Nr. 1 XIV i.V.m. § 27 Abs. 1 Nr. 6 i.V. m. § 43 SGB V i.V.m. §§ 64 Abs. 1 Nr. 3 und 4 SGB IX
- Träger der Eingliederungshilfe: § 109 SGB IX i.V.m. § 64 SGB IX Abs. 1 Nr. 3 und 4
- Kinder- und Jugendhilfe: § 35a SGB VIII i.V.m. § 109 SGB IX i.V.m. § 64 SGB IX Abs. 1 Nr. 3 und 4