

## • Infos & Kontakt

Tonisport e.V.  
Hildesheimer Straße 15  
30169 Hannover

Tel. 0511 700 522-0

info@tonisport.org  
www.tonisport.org

## • Bürozeiten

Mo.–Fr. 9:00–13:00 Uhr

*bleiben Sie  
gesund und munter!*

## Unsere Standorte

### • Annastift

An der Weidenkirche 10  
30539 Hannover

Anreise: Mit den Stadtbahnlinien 1, 2 oder 8 bis Haltestelle „Peiner Straße“ und weiter mit der Buslinie 123 bis Haltestelle „Lerchenfeldstraße“.

### • Birkenhof Wohnstift Kirchrode

Tiergartenstraße 35 | 30559 Hannover

Anreise: Mit der Stadtbahnlinie 5 bis Haltestelle „Saarbrückener Straße“. Mit den Buslinien 123 + 124 bis Haltestelle „Lothringer Straße“.

### • Henriettenstiftung

(am Königsworther Platz)  
Fischerstraße 1 | 30167 Hannover

Anreise: Mit den Stadtbahnlinien 4 + 5 bis Tunnelstation „Königsworther Platz“. Mit den Buslinien 100 + 200 bis Haltestelle „Königsworther Platz“.

### • Kastanienhof

Am Mittelfelde 102 | 30519 Hannover

Anreise: Mit den Buslinien 123 + 124 oder Stadtbahnlinie 8 bis Haltestelle „Am Mittelfelde“

In allen Standorten stehen bei Bedarf Leihrollatoren zur Verfügung.

Weitere Informationen zu unseren Standorten finden Sie auf unserer Webseite: [www.tonisport.org](http://www.tonisport.org)

## Sie möchten gesund und munter das Leben genießen?

### Dann haben Sie mit uns den optimalen Bewegungspartner gefunden!

In Kooperation mit der Schwimmschule Wassermeloni bietet Tonisport e.V. Funktionstraining für Gruppen an.

Tonisport e.V. ist ein ordentliches Mitglied im Landes-Sport-Bund Niedersachsen (LSB) und im Behinderten-Sportverband Niedersachsen (BSN). Unsere Teilnehmer sind sowohl im Training als auch dem Weg hin und zurück unfallversichert.

Unsere Gruppen und Kursleitungen sind bei den Krankenkassen für den Bereich Funktionstraining anerkannt.

Voraussetzung für die Teilnahme ist ein „Antrag auf Kostenübernahme für Funktionstraining“, der vom behandelnden Arzt ausgestellt wird. Diese Verordnung beinhaltet die Diagnose, die Trainingsart sowie Anzahl und Dauer der wöchentlichen Trainingseinheiten.

Sie können bei uns aber auch ohne ärztliche Verordnung (oder wenn diese abgelaufen ist) sportlich aktiv werden. Sprechen Sie uns einfach an.

**Wir freuen uns auf Sie!**

## Funktionstraining Wassergymnastik und Trockengymnastik



- **aktiv sein in kleinen Gruppen**
- **Zeit für Ihre Gesundheit**

**jetzt  
starten**

## Funktionstraining Wassergymnastik und Trockengymnastik



### Gemeinsam in Bewegung.

Nach den vielen Einschränkungen und Belastungen durch die Pandemie ist ein Neustart nötig. Gerade auch nach einer Corona-Erkrankung ist es wichtig, wieder in die Bewegung zu kommen. Wir helfen Ihnen dabei!

Funktionstraining umfasst gezielte Bewegungstherapie im warmen Wasser und an Land. Die Übungen halten die Gelenke und ihre Funktionen beweglich und stärken die Muskeln.

Bei Tonisport setzen wir dabei auf gruppendynamische Prozesse. Das gemeinsame Training in der Gruppe, geführt durch eine geschulte Kursleitung, erleichtert Ihren Start zurück in ein aktives Leben.

## In fünf Schritten zur Verordnung

### 1. Sie lassen sich von Ihrem Arzt Funktions-training verordnen.

Dieser füllt Ihnen den Antrag auf Kostenübernahme aus. Gymnastik als Teil des Funktionstrainings kann von jedem niedergelassenen Arzt als ergänzende Leistung außerhalb des Heilmittelbudgets verordnet werden.

### 2. Sie vereinbaren mit uns einen Termin für Ihre Teilnahme.

Rufen Sie uns unter **0511 700 522-0** an. Gemeinsam finden wir einen Termin für Sie.

### 3. Die ausgefüllte Verordnung lassen Sie sich von der Krankenkasse genehmigen.

Die Krankenkasse übernimmt die Kosten für Ihr verordnetes Funktionstraining. In der Regel für einen 12-monatigen Trainingszeitraum.

### 4. Die ausgefüllte und genehmigte Verordnung schicken Sie zu uns.

Sie können diese persönlich oder bequem auf dem Postweg bei uns einreichen. Als **Privatpatient** genügt ein kurzer Anruf.

### 5. Beginnen Sie mit dem Funktionstraining.

Lernen Sie Ihre Trainingsgruppe, Ihre Kursleitung und den Trainingsablauf kennen. Die Teilnahme dokumentieren Sie mit Ihrer Unterschrift.

## Unsere Gebührenordnung

Teilnahmemodell	BASIS		PLUS		AKTIV	
	Verordnung	Ja	Ja		Nein/Selbstzahler	
Einheiten pro Woche	lt. Verordnung	1	2	1	2	
<b>Dauer einer Einheit</b> Wassergymnastik Trockengymnastik	<b>20 Minuten</b> <b>30 Minuten</b>	<b>40 Minuten</b> -		<b>40 Minuten</b> <b>30 Minuten</b>		
<b>Monatl. Teilnahmegebühr</b> Wassergymnastik Trockengymnastik	<b>kostenfrei</b> <b>kostenfrei</b>	<b>16,90 €</b> -	<b>33,80 €</b> -	<b>14,90 €</b> <b>6,95 €</b>	<b>29,80 €</b> <b>13,90 €</b>	
<b>Monatl. Vereinsmitgliedschaft</b>	kostenfrei	kostenfrei		20,00 €		
<b>Monatl. Gesamtbeitrag</b> Wassergymnastik Trockengymnastik	<b>kostenfrei</b> <b>kostenfrei</b>	<b>16,90 €</b> -	<b>33,80 €</b> -	<b>34,90 €</b> <b>26,95 €</b>	<b>49,80 €</b> <b>33,90 €</b>	

**Wir erhalten nur dann eine Bezahlung durch die Krankenkasse, wenn Sie teilnehmen. Jede unentschuldigte nicht genutzte Teilnahmemöglichkeit wird Ihnen daher mit dem aktuellen Betrag, den die Krankenkassen Tonisport bezahlt hätten, nach Ablauf der Verordnung in Rechnung gestellt.**

Als entschuldigt gilt, wenn Sie unserem Büro eine ärztliche Krankschreibung oder einen Nachweis eines Krankenhaus-, Kur- oder Rehaaufenthaltes (selbstverständlich auch nachträglich) vorlegen. Die Termine werden dann nicht berechnet.

In regelmäßigen Abständen werden Ihnen die unentschuldigten Termine in Rechnung gestellt. Angelehnt an den akutellen Krankenkassensatz\* berechnen wir für die Wassergymnastik 6,42 Euro und für die Trockengymnastik 4,84 Euro pro Teilnahme.

Als Privatpatient oder privater Teilnehmer zahlen Sie einen monatlichen Vereinsbeitrag sowie die jeweilige Kursgebühr. Sollten Sie die Kosten teilweise oder ganz erstattet bekommen, klären Sie bitte im Vorfeld ab, ob Ihre Krankenkasse oder Beihilfe die Kosten laut unserer Gebührenordnung übernimmt.

Rufen Sie uns einfach an, wir beraten Sie gerne.