

## Infos & Kontakt

Tonisport e.V.  
Mitgliederservice  
Hildesheimer Straße 15  
30169 Hannover

Tel. 0511 700 522-0  
Fax 0511 700 522-99

info@tonisport.org  
www.tonisport.org

Wir kümmern uns um Ihr Anliegen:

- **vor Ort** Hildesheimer Straße 15  
Mo. - Fr. 9:00 - 13:00 Uhr  
weitere Termine nach Vereinbarung
- **telefonisch** 0511 700 522-0  
Mo., Di., Do. und Fr. 9:00 - 13:00 Uhr
- per **E-Mail** info@tonisport.org
- per **Rückrufservice** oder **Kontaktformular**  
jederzeit über [www.tonisport.org](http://www.tonisport.org)

*Bleiben Sie  
gesund und munter!*

## Unsere Standorte

- **Bemeroode  
Annastift**  
An der Weidenkirche 10 | 30539 Hannover
- **Groß Buchholz  
MHH**  
Carl-Neuberg-Str. 1 | 30625 Hannover
- **Mitte  
Hilde-Schneider-Haus**  
Fischerstraße 1 | 30167 Hannover
- **Mittelfeld  
Kastanienhof**  
Am Mittelfelde 102 | 30519 Hannover
- **Kirchrode  
Birkenhof**  
Tiergartenstraße 35 | 30559 Hannover

Weitere Informationen zu unseren Standorten finden  
Sie auf [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 Teilnehmenden sind sowohl im Training als  
auch auf 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“.

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!**

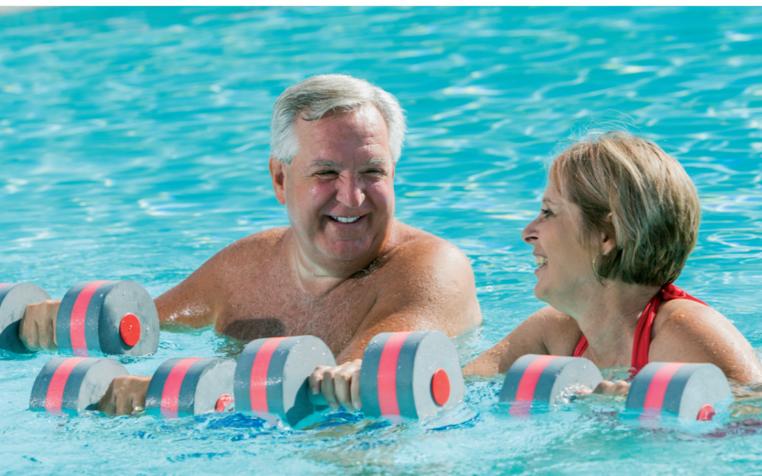
## Funktionstraining Wassergymnastik und Trockengymnastik



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

**jetzt  
starten**

## Funktionstraining Wassergymnastik und Trockengymnastik



### Gemeinsam in Bewegung.

Entdecken Sie unser Angebot an fünf Standorten in Hannover und erleben Sie die Kraft der gemeinsamen Aktivität. Besuchen Sie unsere professionell geführten Kurse und erfahren Sie, wie wir Ihnen dabei helfen können, Ihre körperliche Fitness zu verbessern und ein gesundes, aktives Leben zu führen.

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 gruppenspezifische 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 oder Ihrer Ärztin Funktionstraining verordnen.

Diese/r füllt Ihnen den Antrag auf Kostenübernahme aus. Gymnastik als Teil des Funktionstrainings kann 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 Mitgliedschaften

### BASIS-MITGLIEDSCHAFT

KRANKENKASSENLEISTUNGEN

#### Wassergymnastik

20 MINUTEN

1 x pro Woche    2 x pro Woche

KOSTENLOS    KOSTENLOS

#### Trockengymnastik

30 MINUTEN

1 x pro Woche    2 x pro Woche

KOSTENLOS    KOSTENLOS

### PLUS-MITGLIEDSCHAFT

KRANKENKASSENLEISTUNGEN +

#### Wassergymnastik

40 MINUTEN

1 x pro Woche    2 x pro Woche

26,90 € Kursgebühr    je 21,90 €

26,90 € monatl. Zuzahlung    43,80 €



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

Als entschuldigt gilt, wenn Sie unserem Büro eine ärztliche Krankschreibung oder einen Nachweis eines Krankenhaus-, Kur- oder Rehaaufenthalts (selbstverständlich auch nachträglich) vorlegen. Die Termine werden dann nicht berechnet. In regelmäßigen Abständen werden Ihnen die unentschul-digten Termine in Rechnung gestellt. Angelehnt an den aktuellen Krankenkassensatz\* berechnen wir für die Wassergymnastik 7,75 Euro und für die Trockengymnastik 5,66 Euro pro verpasster Teilnahmemöglichkeit.

Die BASIS- und PLUS-Mitgliedschaften enden mit Ablauf der Verordnung automatisch.

### AKTIV-MITGLIEDSCHAFT

SELBSTZAHLEND

#### Wassergymnastik

40 MINUTEN

1 x pro Woche    2 x pro Woche

24,90 € Kursgebühr    je 19,90 €  
20,00 € Mitgliedsbeitrag    20,00 €

44,90 € monatl. Kosten    59,80 €

#### Trockengymnastik

30 MINUTEN

1 x pro Woche    2 x pro Woche

11,95 € Kursgebühr    je 9,95 €  
20,00 € Mitgliedsbeitrag    20,00 €

31,95 € monatl. Kosten    39,90 €

Als privatversicherte oder selbstzahlende Person zahlen Sie einen monatlichen Mitgliedsbeitrag 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 übernimmt.

### Ob ein oder zwei Mal pro Woche – regelmäßiger Sport tut gut!

Mit unserer AKTIV-Mitgliedschaft bleiben Sie aber dennoch flexibel.

Sollte Ihnen mal etwas dazwischenkommen, können Sie den Termin kurzfristig absagen und einfach einen Ersatztermin in einem unserer fünf Standorte buchen.

**ALLE MITGLIEDSCHAFTEN SIND MONATLICH KÜNDBAR!**