

## **Kommentar von Steffi Granzer**

### **Diplom-Sportwissenschaftlerin**

zur Positionierung des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen und des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Nordrhein-Westfalen zum sog. „Tele-Rehabilitationssport“

16.04.2020

Rehabilitationssport ist ein vom Arzt verordnetes Bewegungsprogramm für behinderte oder von einer Behinderung bedrohter Menschen. Orthopädische Krankheitsbilder wie Rückenbeschwerden, Hüft- oder Kniearthrose gehören zu den häufigsten Indikationen der Rehasport-TeilnehmerInnen. Häufig handelt es sich um ältere Menschen, die außerdem oftmals aufgrund Bewegungsmangels an Beschwerden leiden. Gerade für diese Personengruppe ist es immens wichtig, auch während der derzeitigen Corona-Krise einerseits ihr Bewegungsprogramm beibehalten zu können und andererseits nicht aus ihren Gewohnheiten herausgerissen zu werden.

Deswegen hat mich die Stellungnahme des Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW) zur Idee des Rehasports per Online-Konferenz extrem irritiert. Der BRSNW möchte den Rehasport-TeilnehmerInnen die Möglichkeit nehmen, weiterhin in ihrer gewohnten Gruppe und zur gewohnten Zeit ihr Bewegungsprogramm zu absolvieren. Und das, obwohl ein Großteil der RehasportlerInnen der Risikogruppe angehört, die dazu verdammt ist, zuhause zu bleiben – ohne Bewegung und ohne soziale Kontakte. Natürlich sind nicht alle TeilnehmerInnen so technisch versiert oder ausgerüstet, um an der Video-Konferenz teilnehmen zu können. Aber muss man deswegen jedem den Zugang zum Rehasport verweigern? Natürlich können nicht alle Gruppen durchgeführt werden – ein Herzsport-Onlineangebot wurde im Übrigen von den Krankenkassen ausgeschlossen – aber müssen deshalb alle orthopädischen Gruppen verzichten?

Selbstverständlich ist ein Online-Angebot nicht ein vollständiger Ersatz für den „normalen“ Rehasport-Kurs mit seinen wichtigen sozialen Kontakten. Da wir uns jedoch im Moment in einer Ausnahmesituation befinden, gibt es aus meiner Sicht mehrere Gründe, warum der Rehasport als Online-Angebot ermöglicht und abgerechnet werden muss:

1. Die RehasportlerInnen können ihr Bewegungsprogramm unter Aufsicht des vertrauten Übungsleiters absolvieren und sehen per Video bekannte TeilnehmerInnen. Die lizenzierten Übungsleiter berücksichtigen bei der Übungsauswahl die häusliche Umgebung der TeilnehmerInnen und vermeiden Bewegungsabläufe, bei denen ein erhöhtes Sturzrisiko besteht. Die Sicherheit im Rehasport ist deshalb gegeben.
2. Vor allem Menschen fortgeschrittenen Alters brauchen feste Abläufe im Alltag. Aus psychologischer Sicht kann die gewohnte Gruppe zur gewohnten Zeit helfen, um eine gewisse Routine wiederzuerlangen und einen kleinen gefühlten Schritt aus der Isolation zu machen

3. Ein weiterer Grund, der anscheinend vom BRSNW nicht berücksichtigt wurde, ist der Faktor Zeit. Noch ist nicht abzusehen, wann Leistungserbringer wie Fitnessstudios wieder öffnen dürfen und vor allem der Rehasport mit vielen TeilnehmerInnen von so genannten Risikogruppen wieder stattfinden kann. Eine lange Pause von mehreren Wochen und Monaten kann allerdings zu einer deutlichen Verschlechterung sowohl des körperlichen als auch seelischen Zustands der Rehasport-TeilnehmerInnen führen. Mir erscheint es deshalb unverantwortlich, aufgrund von fadenscheinigen Argumenten und einer falschen Solidarität gegenüber derjenigen Gruppe, die am Online-Angebot nicht teilnehmen kann, alle anderen diesem Risiko auszusetzen.

Im letzten Abschnitt seiner Stellungnahme wird schließlich ganz klar deutlich, dass der BRSNW den Ernst und die Komplexität der aktuellen Situation nicht verstanden hat. Dem BRSNW geht es ausschließlich um Lösungen für Sportvereine in Nordrhein-Westfalen, die Rehasport anbieten. Was ist jedoch mit den vielen Übungsstätten in Praxen und Studios, die aufgrund der Corona-Pandemie geschlossen sind? Hier kann über einen langen Zeitraum kein Rehasport stattfinden. Welche Lösung hat der BRSNW? Es wirkt fast so, als ob es dem Verband nur um die finanzielle Unterstützung der Vereine ginge. Wichtig wäre es, sich um eine flächendeckende Lösung für alle Leistungserbringer und v.a. um die Gesundheit und Bewegungsmöglichkeiten für tausende von Rehasportler und -sportlerinnen zu bemühen!

---

#### **Zur Person**

Steffi Granzer ist Dipl.-Sportwissenschaftlerin und seit 24 Jahren in der Gesundheits- und Fitnessbranche beschäftigt. Unter anderem leitete sie 10 Jahre ein Gesundheitsstudio und war für den Rehasport zuständig. Seit drei Jahren ist sie Leiterin des Gesundheits- und Rehasportvereins Rheinland-Köln e.V.