

# T-RENA

Trainingstherapeutische  
Rehabilitationsnachsorge

## So erreichen Sie uns

**Aus Richtung Westen (Limburg)**

Von der B 49 Abfahrt Wetzlar Stadtmitte abfahren.  
In Wetzlar der Beschilderung „Klinikum“ folgen.

**Aus Richtung Westen (Braunfels)**

Auf der L 3451 nach Wetzlar fahren. In Wetzlar der  
Beschilderung „Klinikum“ folgen.

**Aus Richtung Osten (Gießen)**

Von der B 49 Abfahrt Wetzlar Stadtmitte abfahren.  
In Wetzlar der Beschilderung „Klinikum“ folgen.

**Aus Richtung Norden und Süden (BAB 45)**

Dillenburg/Siegen/Dortmund bzw. Frankfurt/Aschaffen-  
burg. Die Autobahn an der Abfahrt Wetzlar-Süd verlassen.  
Links abbiegen Richtung Stadt Wetzlar. Nach ca. 4 km  
biegen Sie wieder links auf die Hauptstraße ab und folgen  
der Beschilderung „Klinikum“.

## MedReha Lahn-Dill GmbH

Forsthausstraße 1-3  
35578 Wetzlar  
Tel. 06441 44 93 80  
info@medreha-lahn-dill.de



[www.medreha-lahn-dill.de](http://www.medreha-lahn-dill.de)

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung der  
Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet.  
Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

Stand: März 2022





Daniela Seelhof

Liebe Patienten,

T-RENA ist ein ambulant durchgeführtes Training zum Muskelaufbau nach einer ambulanten oder stationären Rehabilitation, das an Geräten stattfindet und dessen Kosten von der Deutschen Rentenversicherung getragen werden.

T-RENA richtet sich an Patienten mit Funktionseinschränkungen am Haltungs- und Bewegungsapparat. T-RENA kommt außerdem in Betracht, wenn trainingstherapeutische Maßnahmen bereits während der medizinischen Reha mit Erfolg eingesetzt wurden oder wenn die körperliche Leistungs- und Belastungsfähigkeit nach der Reha weiter gesteigert werden soll.

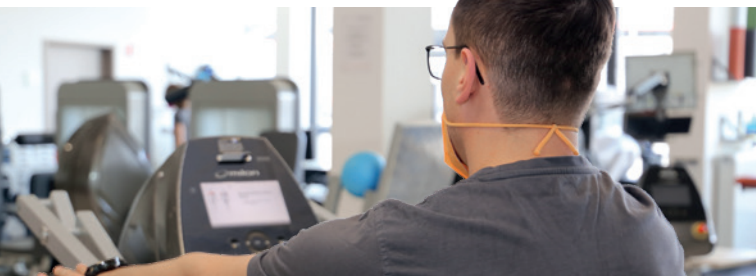
Mittels eines gezielten Kraft-, Koordinations- und Ausdauertrainings wird die körperliche Belastungsfähigkeit gesteigert und damit die Leistungsfähigkeit nach der Reha weiter verbessert.

Weitere Informationen erhalten Sie in diesem Flyer. Sollten Sie Fragen haben, sprechen Sie uns gerne an.

Herzliche Grüße

**Daniela Seelhof**

Leitung MedReha Sport & Therapie



## Ablauf von T-RENA:

- Die Empfehlung für eine T-RENA wird von dem behandelnden Arzt in der Rehabilitationseinrichtung/-klinik ausgestellt.
- Beginn innerhalb von vier Wochen (spätestens sechs Wochen) nach der Reha.
- 26 Trainingstermine (zuzüglich eines individuellen Einweisungstrainings) in einer offenen Gruppe.
- Maximal zwölf Teilnehmer pro Gruppe.
- Trainiert wird in der Regel ein- bis zweimal pro Woche.
- Eine Trainingseinheit dauert 60 Minuten.
- Gegebenenfalls kann T-RENA um weitere 26 Trainingstermine verlängert werden.
- In Ausnahmefällen kann T-RENA als Einzelleistung mit zwölf Terminen und einer Dauer von je 20 Minuten durchgeführt werden.
- T-RENA muss innerhalb von sechs Monaten nach Ende der Rehabilitation abgeschlossen werden.

Die Kosten für das T-RENA-Programm übernimmt die Rentenversicherung. Für die Teilnahme an dem Nachsorgeprogramm ist keine Zuzahlung zu leisten.