



Hochwertige Medizin  
in vertrauter Umgebung

Long COVID  
Rehabilitationssport

### Unser Angebot im Überblick

#### Reines Verordnungsprogramm ohne Trainingsvereinbarung

Rehabilitationssport ist auch ohne zusätzliche Trainingsvereinbarung möglich. In diesem Falle werden Sie in eine feste Gruppe terminiert, d.h. die Maßnahme umfasst genau die Leistungen, die von der Krankenkasse bezahlt werden.

#### Unser Partner und Veranstaltungsort

Im Rehasentrum kerngesund! bieten wir Teilnehmern am Rehabilitationssport vergünstigt eine Trainingsvereinbarung für das Gesundheitstraining an unseren modernen Geräten an.

#### Bei Fragen sprechen Sie uns gerne an.

Sie erreichen uns telefonisch zu folgenden Zeiten:

Dienstag, 12:00 bis 13:30 Uhr  
Donnerstag, 12:00 bis 13:30 Uhr

Tel. 06441 449 38 - 17  
Fax 06441 449 38 - 22  
info@kerngesund-wetzlar.de

#### 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/Aschaffenburg –  
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“.

Rehasentrum kerngesund!  
im Medi-Center am Klinikum Wetzlar  
1. Obergeschoss  
Forsthausstraße 1-3  
35578 Wetzlar  
info@kerngesund-wetzlar.de



[www.kerngesund-wetzlar.de](http://www.kerngesund-wetzlar.de)





Daniela Seelhof

Dr. Claudia Ellert

## Hochwertige Medizin in vertrauter Umgebung



### Long COVID-Rehasport

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

Long COVID-Rehasport richtet sich an Patienten mit anhaltenden Beschwerden nach überstandener COVID-19-Infektion. Dazu gehören insbesondere eine Leistungs-minderung bei alltäglichen und sportlichen Tätigkeiten wie auch Einschränkungen im beruflichen Alltag.

Wir möchten mit unserem Angebot Ihre Anlaufstelle sein, Sie qualifiziert beraten, Tipps zum Umgang mit der Erkrankung Long COVID geben und Ihnen somit schrittweise den Rückweg in ein normales Leben ebnen.

Zu Beginn wird ein ausführliches ärztliches Anamnese- und Beratungsgespräch erfolgen. Gerne beraten wir Sie auch zu möglichen Zusatzangeboten.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Mit herzlichen Grüßen

Dr. Claudia Ellert  
Leitende Oberärztin an den Lahn-Dill-Kliniken

Daniela Seelhof  
Leitung Rehasentrum

### Ablauf Antragsverfahren

Der **Arzt** verordnet den Rehasport auf einem dafür vorgesehenen Formular (Muster 56 – Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationsport).

Der **Patient** sendet das fertig ausgestellte und von ihm unterschriebene Formular an die **Krankenkasse** und erhält dieses nach wenigen Tagen genehmigt zurück.

Der **Patient** kommt mit dem ausgefüllten und genehmigten Formular zum Rehasentrum kerngesund! und kann nach einem Beratungsgespräch mit dem Rehasport beginnen.

Ist der **Kostenträger** die Deutsche Rentenversicherung oder die Berufsgenossenschaft, erteilt diese die Genehmigung selbst.

### Inhalte einer Trainingseinheit

Bewegungstherapie in Gruppen in Verbindung mit

- Atemtherapie
- Entspannungstechniken
- Individueller Belastungssteuerung
- Anleitung zu Stress- und Ermüdungsmanagement

### Zusatzangebote

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik am Gerät
- Fachvorträge

### Externe Anbieter

- Psychotherapie als Einzel- und Gruppentherapie
- Ergotherapie
- Akupunktur
- Ernährungsberatung

