

# Turnen in NRW

*Leitfaden Sport und Gesundheit*



Information | Beratung | Unterstützung

**Herausgeber**

Rheinischer Turnerbund e.V.  
Paffrather Straße 133  
51465 Bergisch Gladbach  
Westfälischer Turnerbund e.V.  
Zum Schloss Oberwerries  
59073 Hamm

**Redaktion**

RTB: Florian Klug, Hellmer  
Wiethoff, Claudia Hendricks  
WTB: Stephan Gentes, Lutz  
Kottmann, Maria Windhövel  
unter Mitarbeit von  
Josef Quester

**Fotos**

Togu, Artzt, CC-Collection

**Gestaltung**

[www.elges-grafik.de](http://www.elges-grafik.de)



## ■ Vorwort

Ausgehend von dem Leitgedanken, den qualitätsgesicherten Gesundheitssport zu stärken und den Vereinen die hochwertigen Angebote und Programme im Handlungsfeld *Sport und Gesundheit* noch besser zugänglich zu machen, haben sich die Präsidien des Rheinischen Turnerbundes (RTB) und des Westfälischen Turnerbundes (WTB) entschieden, ihre Kompetenzen, Produkte und Dienstleistungen gemeinsam darzustellen.

Diese Broschüre leistet so einen aktiven Beitrag der beiden Turnerbünde zum Verbundsystem des Sports in Nordrhein-Westfalen.<sup>1</sup> Sie finden in ihr Informationen zu den Aus- und Fortbildungen der Turnerbünde im Gesundheitssport (Trainer-C und ÜL-B-Ausbildungen) und aktuelle Rahmenbedingungen zur Kassenanerkennung von Sport- und Bewegungsangeboten. Weiterhin werden Anregungen, Tipps und Hilfen im Handlungsfeld Sport und Gesundheit dargestellt. Dabei stehen insbesondere die umfangreichen Informationen zum Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB im Vordergrund.

Lassen Sie sich also leiten von dem zentralen Impuls: *„Was braucht mein (ein) Verein, um aktiv die qualitätsgesicherten, gesundheitsorientierten, primärpräventiven Sport- und Bewegungsangebote anbieten zu können, damit er zu einem gesundheitsfördernden Lebensort wachsen kann.“*

Der RTB und der WTB bieten Ihnen mit dieser Broschüre Antworten, um Sie zu unterstützen, Ihre Vereinsaktivitäten sowie Ihre Kompetenzen und Potenziale im Bereich Sport und Gesundheit zu erweitern und gewinnbringend für die Zukunft einzusetzen.

Die Broschüre soll Neugier wecken, zeigt Wege und Handlungsmöglichkeiten für Vereine anhand erprobter, praktischer und konkreter Angebotsprofile und -programme auf.

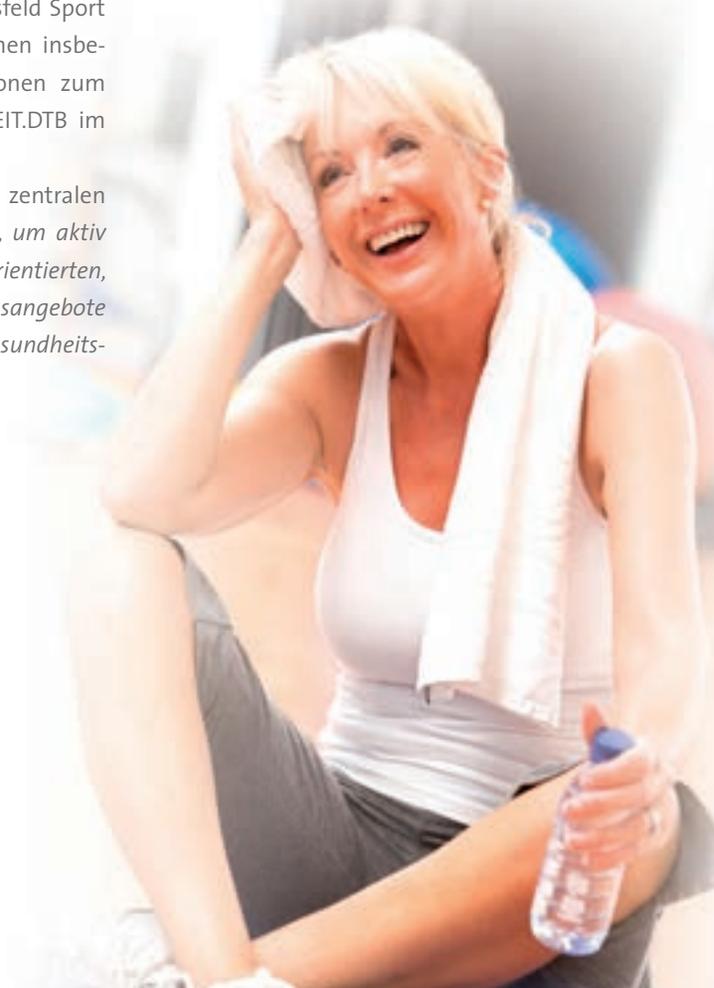
RTB und WTB wollen ihre Vereine dazu motivieren, gesundheitsorientierte Angebote im Verein als feste Säule des Vereinslebens zu integrieren, zu sichern und weiterzuentwickeln. Damit können die Vereine ihre Zukunftsfähigkeit, ihre Wettbewerbsfähigkeit sowie ihre Positionierung im öffentlichen Bewusstsein (Imagegewinn) fördern.

*Neun Zehntel unseres Glücks beruhen allein auf der Gesundheit.*

*Mit ihr wird alles eine Quelle des Genusses: Hingegen ist ohne sie kein äußeres Gut, welcher Art es auch sei, genießbar.*

ARTHUR SCHOPENHAUER

<sup>1</sup> Als Impulsgeber für diese Broschüre diente u.a. die Mitarbeit der hauptberuflichen Vertreter beider Turnerbünde in der Arbeitsgruppe AG Fachverbände *Bewegt GESUND bleiben in NRW!* des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen. Aufgabe dieser Arbeitsgruppe ist die Darstellung relevanter Strukturen, Angebote und Leistungen aller im Handlungsfeld Sport und Gesundheit beteiligten Fachverbände.





## Abkürzungen

**DTB**

Deutscher Turner-Bund

**RTB**

Rheinischer Turnerbund

**WTB**

Westfälischer Turnerbund

**BRSNW**

Behinderten- und  
Rehabilitationssportverband

Nordrhein-Westfalen

**LSB NRW**

Landessportbund  
Nordrhein-Westfalen

**ÜL**

Übungsleiter

**TR**

Trainer

**ZPP**

Zentrale Prüfstelle

Prävention



## Inhalt

Rheinischer und Westfälischer Turnerbund –  
Strukturen und Kernzahlen 5

Die Turnerbünde in Nordrhein-Westfalen als  
Service-Partner im Gesundheitssport 6

Kooperationen im Handlungsfeld  
Sport und Gesundheit beider Turnerbünde 8

Primärpräventiver Gesundheitssport 9

- Kernziele im Gesundheitssport 9
- Qualitätsanforderungen 10
- Differenzierung: Fitnesssport –  
Gesundheitssport – Rehabilitationssport 10
- Übergeordnete Ziele im Handlungsfeld  
Sport und Gesundheit 11

Qualifizierungswege und -angebote 12

- Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe  
(Übungsleiter-C / Trainer-C-Lizenz) 14
- Ausbildungen auf der 2. Lizenzstufe (B-Lizenz) 14
- Die DTB-Akademie NRW 17
- Fort-/ Weiterbildungen/Kongresse 18

Die Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT  
und PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB im  
primärpräventiven Gesundheitssport 19

Präventionsleistungen der Krankenkassen  
(Zentrale Prüfstelle Prävention) 26

Rehasport und Verfahrenswege 33

Ansprechpartner, Adressen, Materialien  
und weitere Informationen 34

Anhang 35





## ■ Rheinischer und Westfälischer Turnerbund – Strukturen und Kernzahlen

RTB und WTB sind zwei von 22 Landesturnverbänden im DTB. Im Landessportbund NRW sind sie zusammen zweitgrößter Fachverband. Es werden ca. 30 Fachsportarten/ Fachbereiche betreut.

Der RTB besteht aus 19 Turnverbänden/ Turngauen und die Geschäftsstelle des RTB verfügt über zwölf hauptberufliche Mitarbeiter.

Der WTB besteht aus zehn Turngauen. Die Geschäftsstelle des WTB verfügt über 16 hauptberufliche Mitarbeiter.

Kernzahlen des RTB und WTB (Stand Januar 2015)

 WESTFÄLISCHER TURNERBUND		 RHEINISCHER TURNERBUND	
Mitglieder	327.863	Mitglieder	295.245
Vereine	1.110	Vereine	1.097
Turngau/-verband	Vereine	Turngau/-verband	Vereine
Emscher-Ruhr	74	TG Aachen	91
Hellweg-Mark	143	TV Aggertal-Oberberg	57
Lenne-Volme	55	Bergischer TV	37
Lippe	107	TV Rhein/Ruhr	66
Mark	110	TV Düren	52
Minden-Ravensberg	163	TV Düsseldorf	77
Münsterland	232	Gem. Essener Turnvereine	66
Ostwestfalen	62	Gladbacher TG	87
Sauerland	54	Niederrheinischer TV Kempen	22
Siegerland	108	Kleve-Geldern	32
		TV Köln	148
		TV Region Krefeld	29
		TV Mettmann	22
		TV Grafschaft Moers	27
		TV Niederberg	39
		TV Rechter Niederrhein	72
		TV Rhein-Sieg Bonn	119
		TV Wuppertal	51
		TG Sport für betagte Bürger	3

RTB und WTB sind zwei von 22 Landesturnverbänden im DTB. Im Landessportbund NRW sind sie zusammen zweitgrößter Fachverband.



Das Turnen wendet sich an alle Ziel- und Altersgruppen (die gesamte Lebensstreppe) in den Turn- und Sportvereinen und zeichnet sich auf allen Ebenen durch seine Vielfalt aus.

**Kinderturnen**

**TURNEN!**  
DEUTSCHER TURNER-BUND

**GYMWELT**



## ■ Die Turnerbünde in Nordrhein-Westfalen als Service-Partner im Gesundheitssport

Der RTB und der WTB verstehen sich als selbständige und eigenständige Fachverbände und Dienstleister für ihre Turnvereine. Sie sind Fachverbände für den Leistungs-, Freizeit-, Breiten- und Gesundheitssport im Rahmen ihrer zahlreichen Fachgebiete und Fachsportarten des Turnens in Nordrhein-Westfalen.

Das Turnen wendet sich an alle Ziel- und Altersgruppen (die gesamte Lebensstreppe) in den Turn- und Sportvereinen und zeichnet sich auf allen Ebenen durch seine Vielfalt aus.

Die fachlichen und inhaltlichen Ausrichtungen erfolgen im Deutschen Turner-Bund (DTB) für alle Zielgruppen in Marken und in Sportarten/Fachgebieten. 2006 wurde das DTB-Markenkonzept eingeführt, das die turnerischen Angebote wie folgt abbildet und strukturiert:

### • Kinderturnen

Basisausbildung und Grundlagenangebote für Kinder: z.B. Babys in Bewegung, Eltern-Kind-Turnen, Kleinkinderturnen, Kinderturnen bis ca. 14, Jugendturnen ab ca. 14 Jahren.

### • Turnen

Olympische und andere wettkampforientierte Sportarten, d.h. Gerätturnen, Rhythmische Sportgymnastik, Trampolinturnen, Rhönradtturnen: Zusätzlich werden turnerische Sportarten (Fachgebiete) und Turnspiele zusammengefasst.

Turnerische Sportarten: Aerobic, Gymnastik und Tanz, Leichtathletik, Musik- und Spielmannswesen, Orientierungslauf, Rope-Skipping, Sportakrobatik, Mehrkämpfe (u.a. Fechten, Leichtathletik, Schwimmen), Gruppenwettkämpfe.

Turnspiele: Faustball, Indiaca, Korbball (WTB), Korbball, Prellball, Ringtennis, Völkerball, Volleyball.

### • Gymwelt

Angebote in der Tradition der Gymnastik und des Gesundheitssports: z.B. Fitness- und Gesundheitssport, Natursport, Bewegungskunst & Turnartistik, Rhythmus, Tanz und Vorführung, Frauenturnen, Männerturnen, Sport mit Älteren, Gerätturnen für Jedermann.

Unter dem neu geschaffenen Begriff GYMWELT, der eng mit der Turnbewegung verbunden ist und die Ansprüche von Vielfalt und Vielseitigkeit vereint, hat der DTB unter anderem auch den Bereich des präventiven Gesundheitssports zugeordnet.

In seiner Gesamtheit steht die GYMWELT für die Welt der Gymnastik und die Vielseitigkeit des Turnens sowie die Bildung des Körpers (Körperertüchtigung, Körperformung, Ausdruck & Gestaltung) für ein gesundes und selbstbestimmtes Leben – häufig im Kontext von Natur- und Gemeinschaftserfahrung. Die GYMWELT ist somit Teil einer Philosophie von Gymnastik und Turnen, die die Jahrhunderte



überdauert hat und sich heute u.a. in den Fitness- und Gesundheitsangeboten der Turnvereine präsentiert. Zentrale Motive für eine Teilnahme an diesen Fitness- und Gesundheitssportangeboten sind insbesondere die Stärkung der Faktoren Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit und Entspannungsfähigkeit – verbunden mit der Hoffnung auf positive gesundheitliche Präventionseffekte, lebenslange Leistungsfähigkeit, umfassendes Wohlbefinden sowie ein selbstverantwortliches Gesundheitsverhalten.

Aufgrund der gesellschaftlichen Bedeutung von Sport und Gesundheit, insbesondere von Gesundheitsförderung und dem damit verbundenen Auftrag an die Vereine, Gesundheitsförderung vor Ort zu ermöglichen, ist dieses Aufgabenfeld beim rheinischen und westfälischen Turnerbund mit hohem Stellenwert in den Satzungen verankert.<sup>2</sup>

Fachlich fördern DTB und damit RTB und WTB bereits seit 1996 ihre Mitgliedsvereine mit ihrem Schwerpunktprogramm Gesundheitssport. Damit verbunden sind unter anderem differenzierte Profilbildungen vorhandener oder zukünftiger Vereinsangebote, Profilbildung im Qualifizierungsbereich der Übungsleiter und Trainer, Erstellung von differenzierten Beratungsmaterialien sowie eine schrittweise Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung. Weitere Services im Bezug zum Gesundheitssport werden von den beiden Turnerbünden vorgehalten.

- Lizenz Aus- und Fortbildungen (1. und 2. Lizenzstufe) siehe Seite 12 ff.
- Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit (Beratung, Beantragung, Zertifizierung) siehe Seite 19 ff.
- Hilfen bei der Kassenanerkennung siehe Seite 26 ff.
- Kooperation, Prävention und Rehabilitation siehe Seite 33

- Veranstaltungen, Events, Kongresse, Turnfestakademien, Vereinsberatungstage, siehe [www.rtb.de](http://www.rtb.de) / [www.wtb.de](http://www.wtb.de)

Die von RTB und WTB bereitgestellten Services unterstützen, unter Einbeziehung der RTB/WTB-Turngaue und -Turnverbände, die Vereine bei der Umsetzung von Gesundheitsförderung vor Ort.

Weitere Dienstleistungen erfahren die Vereine im Rahmen von Netzwerken und Kooperationspartnern im Verbundsystem des organisierten Sports in Nordrhein-Westfalen.

*Aufgrund der gesellschaftlichen Bedeutung von Sport und Gesundheit und um Gesundheitsförderung vor Ort zu ermöglichen, ist dieses Aufgabenfeld beim rheinischen und westfälischen Turnerbund mit hohem Stellenwert in den Satzungen verankert.*

<sup>2</sup> Quellen: Satzung des Rheinischen Turnerbundes ([www.rtb.de](http://www.rtb.de) > RTB > Satzung/ Ordnungen) Satzung des Westfälischen Turnerbundes ([www.wtb.de](http://www.wtb.de) > Downloads > Satzungen und Ordnungen)





## ■ Kooperationen im Handlungsfeld Sport und Gesundheit beider Turnerbünde

*Kooperationen mit Sportorganisationen und Wirtschaft*

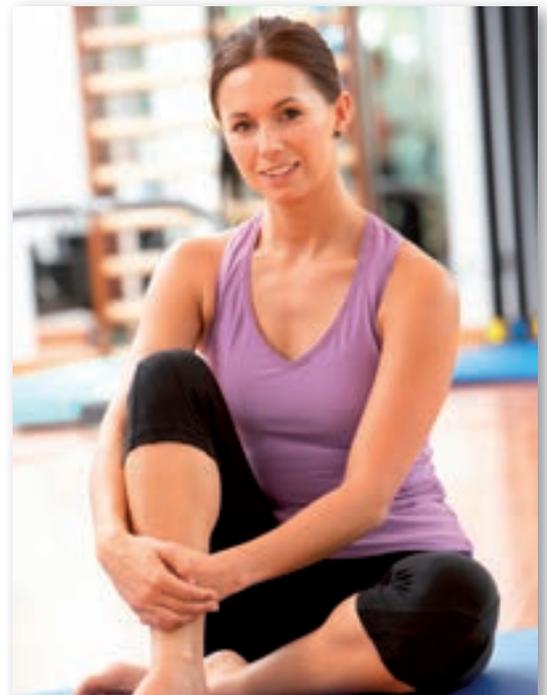


Im Handlungsfeld Sport und Gesundheit bestehen zurzeit Kooperationen mit nachstehenden Organisationen/ Institutionen:

- Turngaue/-verbände im RTB/WTB
- (Groß-)Vereine im RTB/WTB
- Deutscher Turner-Bund
- Landessportbund Nordrhein-Westfalen
- KSB/SSB z.B. Rheinisch Bergischer Kreis (RTB), KSB/SSV z.B. Gütersloh, Lippe (WTB)
- Kooperation mit BRSNW (RTB und WTB)
- Qualifizierungszentren z.B. ESPO (Essener Sportbund) (RTB), Qualifizierungszentren z.B. Minden Lübbecke (WTB)
- Universitäten z.B. Deutsche Sporthochschule Köln (RTB/WTB), Uni Münster (WTB)
- Gymnastikschulen, z.B. Bergisch Gladbach (RTB), Timmermeister-Schule Münster (WTB), Berufskolleg Bielefeld (WTB)

Außerhalb der Sportorganisationen finden sich Kooperationen mit:

- der Bundeswehr
- Altenpflegeeinrichtungen
- Sportgeräteherstellern (z.B. TOGU, Airex, ARTZT)



## ■ Primärpräventiver Gesundheitssport

### Sechs Kernziele präventiver Sport- und Bewegungsangebote

- Stärkung physischer Gesundheitsressourcen
- Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen
- Verminderung von Risikofaktoren
- Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden
- Aufbau von Bindung an gesundheitssportliche Aktivität
- Verbesserung der Bewegungsverhältnisse

Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) definiert Gesundheitssport als einen Prozess, „*der mit den Mitteln des Sports das Ziel verfolgt, Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.*“

Primärpräventive Angebote in Gesundheitssport sollen Menschen in Bewegung bringen und dadurch sowohl Krankheiten vorbeugen als auch gesundheitliche Potenziale und Ressourcen stärken. Die meist als Kurse organisierten Angebote richten sich an Menschen ohne manifeste gesundheitliche Risiken, die einer ärztlichen Behandlung bedürfen, Neueinsteiger und Wiedereinsteiger. Die Zielgruppe umfasst alle Altersgruppen – Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Ältere, die sich im Interesse ihrer Gesundheit bewegen und den Auswirkungen von Bewegungsmangel und körperlicher Inaktivität begegnen wollen, bevor sich gesundheitliche Risiken einstellen.

Die Vereine beider Turnerbünde positionieren sich über ihre Sport- und Bewegungsangebote immer mehr als ein Ort gesunder Lebensführung in Verbindung mit zeitgemäßen Angeboten, Serviceorientierung und Qualitätssicherung.

### Kernziele im Gesundheitssport<sup>3</sup>

Gesundheitssport im Deutschen Turner-Bund, und folglich auch im Rheinischen und Westfälischen Turnerbund, kann als Element der beschriebenen Gesundheitsförderung aufgefasst werden. Folgende Kernziele gilt es, in Anlehnung an die allgemeinen Ziele von Gesundheitsförderung, sys-

tematisch zu planen und im Rahmen von spezifischen Programmen anzusteuern.

- **Kernziel 1: Die Stärkung physischer Gesundheitsressourcen** (Physische Gesundheitswirkungen, z.B. Stärkung der Ausdauerfähigkeit zur Vermeidung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Stärkung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten zur Vermeidung von Rückenschmerzen und zur Bewältigung der Alltagsanforderungen)
- **Kernziel 2: Die Stärkung psychosozialer Gesundheitsressourcen** (psychosoziale Gesundheitswirkungen, z.B. Vermittlung von Kenntnissen über Wirkungszusammenhänge von Bewegung und Gesundheit sowie Aufbau eines positiven Selbstkonzepts)
- **Kernziel 3: Die Verminderung von Risikofaktoren** (Physische Gesundheitswirkungen, z.B. Verbesserung des Fettstoffwechsels, Abbau muskulärer Dysbalancen)
- **Kernziel 4: Die Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden** (psychophysische Gesundheitswirkungen, z.B. Stresswahrnehmung und -abbau, Minderung von Kopfschmerzen und depressiven Verstimmungen)
- **Kernziel 5: Der Aufbau von Bindung an gesundheitssportliche Aktivität** (Verhaltenswirkungen, z.B. regelmäßige, kontinuierliche und nachhaltige gesundheitssportliche Aktivitäten im Verein)

*Gesundheitssport als Prozess, der das Ziel verfolgt, Menschen ein höheres Maß an Selbstbestimmung über ihre Gesundheit zu ermöglichen und sie damit zur Stärkung ihrer Gesundheit zu befähigen.“*





#### Qualitätsanforderungen

Die Qualitätsanforderungen erfassen nicht nur die fachliche und didaktische

Qualität sowie organisatori-

sche Aspekte des Angebotes, sondern auch dessen

Weiterentwicklung und

nachhaltige Einbindung in kommunale Strukturen.



- **Kernziel 6:** Eine Verbesserung der Bewegungsverhältnisse (Verhältnismäßigkeiten, z.B. profilspezifische Gesundheitssportangebote, qualifizierte Übungsleiter, kommunale Vernetzungen und Kooperationen)<sup>3</sup>

Diese sechs Kernziele müssen erfüllt werden, um ein Bewegungsangebot mit dem Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB (siehe Seite 19 ff.) auszeichnen zu lassen.

#### Qualitätsanforderungen

Die Qualitätsanforderungen erfassen nicht nur die fachliche und didaktische Qualität sowie organisatorische Aspekte des Angebotes, sondern auch dessen Weiterentwicklung und nachhaltige Einbindung in kommunale Strukturen. Für die mit dem PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ausgezeichneten Angebote gelten folgende Qualitätskriterien<sup>4</sup>:

- **Qualitätskriterium 1**

##### Zielgruppengerechtes Angebot

die Zielgruppe ist zu benennen; es muss zwischen Kindern und Jugendlichen, Erwachsenen sowie älteren Menschen differenziert werden; weiterhin sind Geschlecht, die Bewegungsbiographie und das Lebensumfeld zu berücksichtigen

- **Qualitätskriterium 2**

##### Qualifizierte Leitung

z.B. die Leitung weist eine Übungsleiterausbildung Sport in der Prävention auf der 2. Lizenzstufe nach

- **Qualitätskriterium 3:**

##### Einheitliche Organisationsstrukturen

z.B. die Teilnahmegrenze ist 20 Personen, ein Kursangebot setzt sich aus 10 bis 15 Übungseinheiten zusammen

- **Qualitätskriterium 4**

##### Präventiver Gesundheits-Check z.B. vor dem

Einstieg in ein PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebot wird eine Gesundheitsvorsorgeuntersuchung empfohlen

- **Qualitätskriterium 5:**

##### Begleitendes Qualitätsmanagement

z.B. Teilnahme an Qualitätszirkeln, Teilnehmerbefragung

- **Qualitätskriterium 6:**

##### Verein als Gesundheitspartner

z.B. Vernetzung und Kooperation mit weiteren Akteuren im Gesundheitssport, u.a. Ärzte, Gesundheitsämter, Krankenkassen, Schulen, Kindergärten, Seniorenorganisationen

#### Differenzierung:

#### Fitnesssport – Gesundheitssport – Rehabilitationssport

Sportliche Aktivitäten aus den Bereichen Wettkampfsport, Funsport, Fitnesport etc. können zwar auch in irgendeiner Form gesund sein, sind damit aber noch kein Gesundheitssport. Gleichwohl können Elemente aus diesen Bereichen in solchen Gesundheitssportprogrammen sinnvoll integriert werden.

**Fitness-Sport** beinhaltet insbesondere Dauerangebote für Jugendliche und Erwachsene bis in das hohe Seniorenalter, die zumeist bereits Bindung an körperlich-sportliche Aktivität aufgebaut haben. Fitness-Sport zielt insbesondere und systematisch auf die Stärkung von Fitnessfaktoren (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination, Entspannungsfähigkeit). Eine solche Stärkung kann auf einzelne Fitnessfaktoren ausgerichtet sein, wie bei

einem Walking-Treff (hier insbesondere Ausdauer), oder auch im Verbund erfolgen wie bei einer Skigymnastik. Die Übungsleiter für solche Kurse sollten in der Lage sein, zielorientierte Übungen strukturiert und gruppengerecht durchzuführen. Fitness-Sport fokussiert sich auf Jugendliche sowie Erwachsene bis in das hohe Seniorenalter, die bereits seit längerem körperlich-sportlich aktiv sind und damit auch eine gewisse Grundlagen-Fitness aufweisen.

**Gesundheitssport** beinhaltet insbesondere Einstiegsangebote (zumeist Kurse) und ist fokussiert auf spezifische Zielgruppen, speziell Erwachsene im mittleren und im hohen Alter mit dem Risikofaktor Bewegungsmangel, Erwachsene mit spezifischen gesundheitlichen Problemen (z.B. Rückenprobleme, Adipositas) sowie gesundheitlich besonders gefährdete Kinder und Jugendliche (z.B. mit starkem Übergewicht). Gesundheitssport wirkt damit primär präventiv (Ressourcenstärkung, Risikomeidung), ist weitergehend aber auch gezielt verhaltens- und verhältniswirksam (Gesundheitsförderung). Gesundheitssport besteht somit aus Angeboten bzw. Programmen, die den Kernzielen (siehe Seite 9) sowie den Qualitätsanforderungen einer Gesundheitsförderung im Sinne der WHO entsprechen.

**Rehabilitationssport** zielt – im Verbund mit den Maßnahmen der medizinischen Rehabilitation – auf eine Stärkung und Wiederherstellung grundlegender physischer und psychosozialer Ressourcen zur Ermöglichung eines selbstbestimmten Lebens bei Behinderung und Schädigung ebenso wie auf die Reduktion von damit zusammenhängenden gesundheitlichen Problemen ab. Rehabilitationssport beinhaltet damit

- die Kernziele des Gesundheitssports
- deren Ausrichtung an speziellen Klassen von Behinderungen und Schädigungen (z.B. Diabetes mellitus, Osteoporose)

Im Bereich Reha-Sport setzen der Westfälische und Rheinische Turnerbund auf eine enge Kooperation mit dem Behinderten- und Rehabilitations-sportverband NRW (BRSNW), der als Partner für Rehabilitations-Sportangebote der Turnvereine zur Verfügung steht. Umgekehrt öffnet der RTB/WTB seine Aus- und Fortbildungen im Bereich Prävention für Vereine des BRSNW.

### Übergeordnete Ziele im Handlungsfeld Sport und Gesundheit

Der Deutsche Turner-Bund und damit auch RTB und WTB als NRW-Landesfachverbände setzten mit ihrem Schwerpunktprogramm Gesundheitssport bereits 1996 Maßstäbe, indem u.a. eine differenzierte Bewertung vorhandener Angebote sowie eine schrittweise Qualitätsentwicklung und Qualitätssicherung gefordert wurde.

Zur Stärkung gezielter und nachweisbarer physischer und psychosozialer Gesundheitsressourcen entwickelte der DTB standardisierte Kursprogramme für Neueinsteiger, Wiedereinsteiger und Menschen mit mangelnden Bewegungsgewohnheiten. Diese Kursprogramme dienen dazu, Bewältigungskompetenzen und ein Gesundheitsverhalten durch körperlich-sportliche Aktivität aufzubauen.

Diese sind mit einem Qualitätsmanagement im Verband (u.a. Programmentwicklung, Übungsleiterausbildung) und im Verein (u.a. Vernetzung) verbunden. Somit sind zentrale Anforderungen des *Leitfadens Prävention* des GKV-Spitzenverbandes (in der Fassung vom 10.12.2014) erfüllt.

Weiterhin gelten die Anforderungen des *Leitfadens Qualitätsentwicklung im Aus-, Fort- und Weiterbildungssystem des Deutschen Turner-Bundes*; hier werden Standards zur Struktur-, Programm- und Prozessqualität beschrieben<sup>5</sup>.

*Im Rahmen der Vereins- und Verbandssportangebote werden neben dem Gesundheitssport im engeren Sinne, Angebote unter dem Oberbegriff Fitness-Sport und Rehabilitationssport unterschieden. Der RTB und der WTB haben folgende Begrifflichkeiten für diese Bereiche definiert: Fitness-Sport, Gesundheitssport und Rehabilitationssport*

<sup>3</sup> Quellen: Pluspunkt Gesundheit Broschüre des DTB, S. 10 ff  
Brehm, W., Pahmeier, I. & Tiemann, M. (2001). *Gesund und Fit. Gesundheits-sportprogramme für Erwachsene*. Schorndorf: Hofmann.  
Brehm, W., Pahmeier, I., Ungerer-Röhricht, U., Tiemann, M., Wagner, P. & Bös K. (2002). *Psychosoziale Ressourcen – Stärkung von psychosozialen Ressourcen im Gesundheitssport*. Frankfurt/Main: Deutscher Turner-Bund.

<sup>4</sup> Quelle: Pluspunkt Gesundheit Broschüre des DTB, S. 15 ff

<sup>5</sup> Quelle: [www.dtb-online.de](http://www.dtb-online.de); Aus- und Fortbildung > Qualitätsmanagementsystem > Leitfaden





## ■ Qualifizierungswege und -angebote

Durch die DTB-Ausbildungsordnung, basierend auf den DOSB-Rahmenrichtlinien, regelt der DTB einheitlich die Qualifizierung für seine Untergliederungen (Landesturnverbände). Diese ist auf der DTB-Internetseite ([www.dtb-online.de](http://www.dtb-online.de)) im Bereich Gymwelt/Aus- und Fortbildung zu finden.

Inhaltliches Ziel der Lizenzausbildung ist es, angehenden Übungsleitern und Trainern zu vermitteln, wie sie zielgruppengerecht und fachlich angemessene Angebote in ihren Vereinen gestalten können.

### Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe Übungsleiter-C / Trainer-C-Lizenz

Die Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe sind wesentliche Grundlage für eine qualifizierte Tätigkeit im Verein. Sie umfasst 120 Lerneinheiten (1 LE = 45 Min.) und wird zielgruppenspezifisch oder in Fachsportarten und inhaltlichen Lizenzprofilen angeboten.

Im Rheinischen und Westfälischen Turnerbund sind folgende grundlegende Ausbildungsgänge möglich:

Die Ausbildungen auf der 1. Lizenzstufe sind wesentliche Grundlage für eine qualifizierte Tätigkeit im Verein. Sie umfasst 120 Lerneinheiten (1 LE = 45 Min.) und wird zielgruppenspezifisch oder in Fachsportarten und inhaltlichen Lizenzprofilen angeboten.



### Ausbildungsstruktur 1. Lizenzstufe – ÜL-C / TR-C



ÜL-C Breitensport TR-C Breitensport oder TR-C Leistungssport	
<b>Modul 3</b> ÜL-C/ TR-C Breitensport  ÜL-C Breitensport Eltern-Kind/ Kleinkindturnen Kinderturnen Jugendturnen  TR-C Breitensport <b>Fitness und Gesundheit</b> Fitness-Aerobic Gymnastik/Rhythmus/Tanz Natursport Sommer  60 LE	<b>Modul 3</b> TR-C Leistungssport  TR-C Leistungssport Gerätturnen Rhönradturnen Trampolinturnen Korbball Faustball u.a.  60 LE
<b>Modul 2</b> Breitensport   Gesundheit Kinder   Jugendliche Erwachsenen  30 LE	<b>Modul 2</b> Gerätturnen  Rhönrad- Trampolinturnen Korbball   Faustball u.a.  30 LE
<b>Modul 1</b> Grundlagenqualifizierung  30 LE	

ÜL-C Breitensport TR-C Breitensport oder TR-C Leistungssport		
ÜL-C/ TR-C Breitensport  Kinderturnen Jugendturnen  120 LE	ÜL-C Breitensport  Allround Fitness Gymnastik/ Turnen/Spiel  TR-C <b>Breitensport</b> <b>Fitness und</b> <b>Gesundheit</b> Fitness-Aerobic Gymnastik/ Rhythmus/Tanz Natursport Sommer  90 LE	TR-C Leistungssport  Gerätturnen Rhönradturnen Trampolin- turnen Korbball Faustball u.a.  120 LE
	Basis- qualifizierung  30 LE	

**Übungsleiter-C Breitensport**

- Kinderturnen
- Jugendturnen – Freizeitsport mit Jugendlichen
- Eltern-Kind/Kleinkinderturnen
- Allround Fitness (Gymnastik/Turnen/Spiele)

**Trainer-C Breitensport**

- Fitness und Gesundheit (detaillierte Informationen siehe unten)
- Fitness und Gesundheit Natursport Sommer/ Natursport Winter
- Fitness-Aerobic
- Gymnastik/Rhythmus/Tanz

**Trainer-C Leistungssport**

- Korbball, Prellball, Faustball
- Gerätturnen, Trampolinturnen, Rhönradturnen, RSG, etc.

Weitere Informationen zu den oben genannten Ausbildungen und Lizenzverlängerungen von Übungsleiter- und Trainerlizenzen sind in einem Lizenzwegweiser zusammengefasst, siehe Seite 16.

### Lizenzprofil Trainer-C Fitness und Gesundheit

Das Lizenzprofil Trainer-C Fitness und Gesundheit ist die Einstiegsausbildung in das Thema Gesundheitssport. In dieser Ausbildung werden neben pädagogischen und sportfachlichen Grundkenntnissen aktuelle Trends im Freizeit- und Breitensport vermittelt. Auf der Basis sportmedizinischer und trainingswissenschaftlicher sowie pädagogischer und methodischer Grundlagen ganzheitlicher Gesundheitsförderung werden umfangreiche Inhalte praxisnah unterrichtet. Im Mittelpunkt dieser Lizenzausbildungen stehen:

- Grundkenntnisse moderner Trainingsmethodik, Trainingsprinzipien, Fähigkeitsausbildung
- Grundkenntnisse der Sportmedizin, anatomische Grundlagen, Herz-Kreislaufsystem, Muskulatur und muskuläre Probleme, Verletzungsprophylaxe

- Grundkenntnisse der Massage und Entspannung
- Grundlagen der Kommunikation
- Grundkenntnisse im Umgang mit attraktiven Fitnessgeräten (Theraband, Tubes, Aero-Step, etc.)
- Kenntnisse der Planung von Sportkursen

### Voraussetzung für die Zulassung zu den Ausbildungsgängen auf der 1. Lizenzstufe

- Befürwortung durch einen Sportverein
- Nachweis einer abgeschlossenen 9-stündigen Erste-Hilfe-Ausbildung, nicht älter als zwei Jahre, die bis zum Ausbildungsende nachgereicht werden kann.
- Teilnahme ab 16 Jahren möglich; Lizenzerhalt ab 18 Jahren

Für Externe gelten gesonderte Bedingungen.

*Das Lizenzprofil Trainer-C Fitness und Gesundheit ist die Einstiegsausbildung in das Thema Gesundheitssport. In dieser Ausbildung werden neben pädagogischen und sportfachlichen Grundkenntnissen aktuelle Trends im Freizeit- und Breitensport vermittelt.*

*Auf der Basis sportmedizinischer und trainingswissenschaftlicher sowie pädagogischer und methodischer Grundlagen ganzheitlicher Gesundheitsförderung werden umfangreiche Inhalte praxisnah unterrichtet.*



**Ansprechpartner und  
weitere Informationen**

Detaillierte Informationen  
über das Lizenzsystem  
finden Sie auch in den  
Lizenzwegweisern beider  
Turnerbünde

**RTB-Lizenzwegweiser:**  
[www.rtb.de/qualifizierung](http://www.rtb.de/qualifizierung)

**WTB-Lizenzwegweiser:**  
[www.wtb.de/Downloads/  
Bildung/Lizenzen](http://www.wtb.de/Downloads/Bildung/Lizenzen)

**Weitere Beratung erhalten  
Sie über die Ansprechpartner  
der jeweiligen Turnverbände**

**RTB**

**Robert Wagner**  
Tel. 02202 200326  
[wagner@rtb.de](mailto:wagner@rtb.de)

**WTB**

**Stephan Gentes**  
Tel.: 02388-3000023  
[gentes@wtb.de](mailto:gentes@wtb.de)  
**Simone Eggert**  
Tel. 02388 3000039  
[eggert@wtb.de](mailto:eggert@wtb.de)



## Verschiedene Ausbildungssysteme (modular/geschlossen)

Die Ausbildungen auf der ersten Lizenzstufe erfolgen modular oder geschlossen.

### Modulares Ausbildungssystem (RTB/WTB)

#### RTB

Alle C-Lizenzausbildungen beim RTB sind in drei Module unterteilt. Einstieg sind hier 30 LE für die nach den Richtlinien der DOSB-Ausbildungskonzeption einheitlich geregelte Basisqualifizierung (Modul 1).

Darauf aufbauend folgen zwei weiterführende Module:

- Modul 2 Breitensport Gesundheit für Erwachsene für den Erwerb einer Trainer-C-Lizenz Breitensport oder
- Modul 2 Breitensport Gesundheit für Kinder und Jugendliche für den Erwerb einer Übungsleiter-C-Lizenz Breitensport oder
- Modul 2 Wettkampfsport für den Erwerb einer Trainer-C-Lizenz Leistungssport in der entsprechenden Fachsportart

Und abschließend – je nach gewünschtem Lizenzprofil – Modul 3, das mit dem Lizenzerwerb abschließt.

#### WTB

Folgende C-Lizenz-Ausbildungen finden in einem modularen System = Basisqualifizierung (Teil 1) plus Lizenzprofile (Teil 2) statt:

- ÜL-C Allround-Fitness Gymnastik/Turnen/Spiel
- Trainer-C Fitness/Aerobic
- Trainer-C Gymnastik/Rhythmus/Tanz
- Trainer-C Fitness und Gesundheit

Die Basisqualifizierung umfasst 30 LE und beinhaltet die allgemeinen Grundlagen einer Übungsleiter- bzw. Trainertätigkeit.

Die Lizenzprofile mit 90 LE schließen sich an die Basisqualifizierung an und beinhalten die spezifischen Themen des jeweiligen Lizenzprofils.

Übungsleiter und Trainer, die bereits im Besitz einer gültigen C-Lizenz sind, können direkt in die

Lizenzprofile (90 LE) der o.g. C-Ausbildungen einsteigen.

### Geschlossenes Ausbildungssystem (nur WTB)

Folgende C-Lizenz-Ausbildungen finden nicht modular, sondern als geschlossene Ausbildung von 120 LE statt:

- ÜL-C Kinderturnen, ÜL-C Jugendturnen
- Trainer-C Fitness und Gesundheit im Profil Natursport Sommer
- Trainer-C Leistungssport

### Ausbildungen auf der 2. Lizenzstufe (B-Lizenz)

Die Ausbildung auf der 2. Lizenzstufe (B-Lizenz) im Bereich Prävention ist die Grundlage für eine qualifizierte Tätigkeit im Gesundheitssport. Die B-Lizenzausbildung Prävention umfasst 60 LE. Inhaltliches Ziel der B-Lizenz ist es, gesundheitsorientierte Sport- und Bewegungsangebote im Verein auf der Basis eines umfassenden Gesundheitsverständnisses zielgruppengerecht und themenspezifisch umzusetzen.

### Voraussetzung für die Zulassung zu den Ausbildungsgängen auf der 2. Lizenzstufe

- Besitz einer C-Lizenz oder eine als gleichwertig anzuerkennende Ausbildung
- Nachweis der Mitgliedschaft in einem Sportverein (und/oder formlose Vereinsbefürwortung)



### Präventionsprofile

Eine B-Lizenz Prävention kann mit nachstehenden Profilen erworben werden (Stand 2014, siehe auch Grafik Seite 16):

#### Haltung und Bewegung

Inhalte u.a.:

- Sport und Gesundheit: psychosoziale Aspekte
- Training der Muskulatur/ des Halte- und Bewegungsapparates in Präventionsangeboten
- Vertiefung des Grundwissens der Anatomie und Physiologie des aktiven und passiven Bewegungsapparates
- Sensomotorisches Training
- Ausgleich neuromuskulärer Dysbalancen
- Körper- und Haltungsanalyse
- Organisatorische Rahmenbedingungen von Präventionsangeboten

#### Herz-Kreislauf-System

Inhalte u.a.:

- Inhalte und Angebote zum Training des Herz-Kreislaufsystems in Präventionsgruppen: moderates Ausdauertraining
- Methoden der Belastungssteuerung und Differenzierung
- Vertiefung des Grundwissens der Anatomie
- Organisatorische Rahmenbedingungen von Präventionsangeboten

#### Entspannung und Stressbewältigung

Inhalte u.a.:

- Was ist Entspannung? Inhalt und Wirkung von Entspannungstechniken
- Stresstheorien
- Anleitung von Entspannungsstunden
- Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Atemtechniken, etc.
- Vertiefung des Grundwissens der Anatomie
- Organisatorische Rahmenbedingungen von Präventionsangeboten

#### Gesundheitsförderung im Kinderturnen

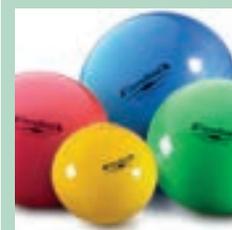
Inhalte u.a.:

- Sozialverhalten
- Angewandte Psychologie und Anatomie
- Verhaltens- und motorische Auffälligkeiten
- Praktische Übungen
- Organisatorische Rahmenbedingungen von Präventionsangeboten

Übungsleiter, die bereits im Besitz einer gültigen B-Lizenz Prävention sind, können bei Interesse an einer weiteren B-Lizenzausbildung direkt in das gewünschte Aufbaumodul des jeweiligen Profils einsteigen.

*Eine B-Lizenz Prävention kann mit nachstehenden Profilen erworben werden:*

- *Haltung und Bewegung*
- *Herz-Kreislauf-System*
- *Entspannung und Stressbewältigung*
- *Gesundheitsförderung im Kinderturnen*



**Ansprechpartner und weitere Informationen**  
 Detaillierte Informationen über das Lizenzsystem finden Sie auch in den Lizenzwegweisern beider Turnerbünde

**RTB-Lizenzwegweiser:**  
[www.rtb.de/qualifizierung](http://www.rtb.de/qualifizierung)  
**WTB-Lizenzwegweiser:**  
[www.wtb.de/Download/Bildung/Lizenzen](http://www.wtb.de/Download/Bildung/Lizenzen)

**Weitere Beratung erhalten Sie über die Ansprechpartner der jeweiligen Turnverbände**

**RTB**

**Robert Wagner**  
 Tel.: 02202 200326  
[wagner@rtb.de](mailto:wagner@rtb.de)

**WTB**

**Stephan Gentes**  
 Tel.: 02388-3000023  
[gentes@wtb.de](mailto:gentes@wtb.de)  
**Simone Eggert**  
 Tel. 02388 3000039  
[eggert@wtb.de](mailto:eggert@wtb.de)



## Unterschiede in den Ausbildungsstrukturen bei RTB und WTB – ein Überblick

**RTB**

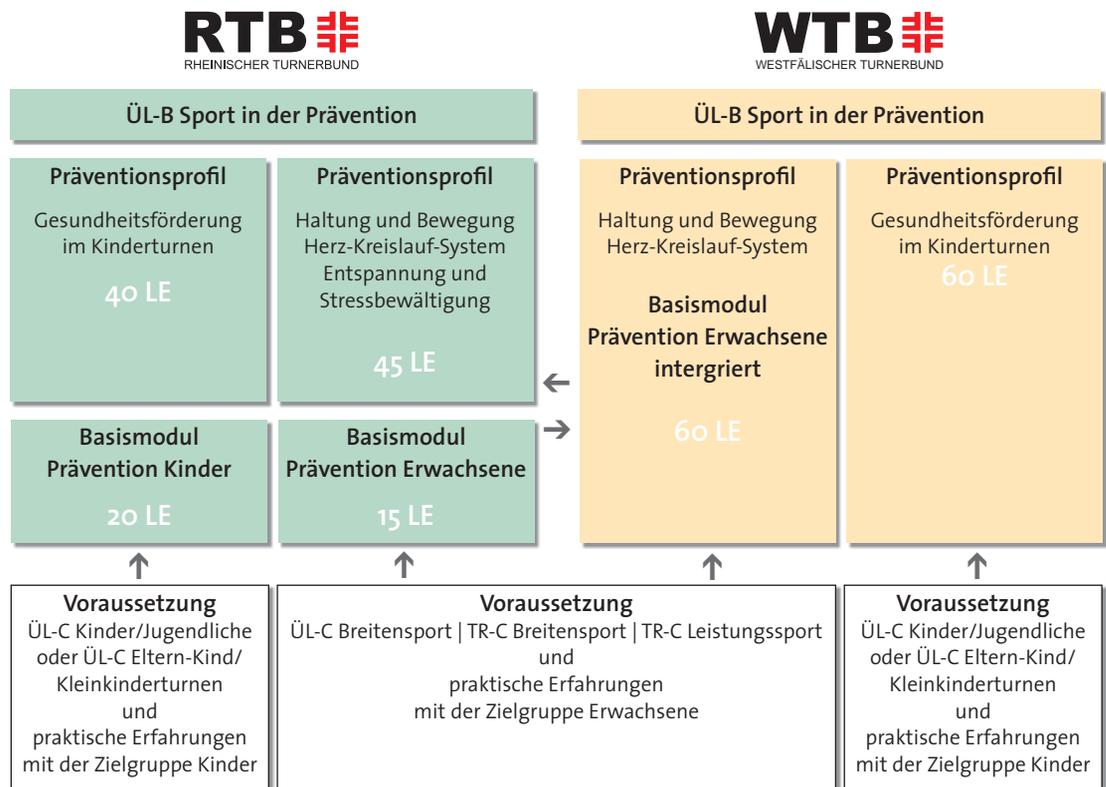
Beim RTB gliedert sich die B-Lizenzausbildung in ein Basismodul Erwachsene (15 LE) bzw. Kinder (20 LE) und ein weiterführendes Aufbaumodul in einem speziellen Profil: Haltung und Bewegung, Herz-Kreislaufsystem, Entspannung und Stressbewältigung mit einem Umfang von 45 LE (Erwachsene)/40 LE (Kinder).

**WTB**

Die Präventionsprofile Haltung und Bewegung sowie Herz-Kreislaufsystem werden im WTB als durchgängige Ausbildungen angeboten. Für Quer

einsteiger und Personen, die bereits beim KSB, SSB oder QZ ein Basismodul Prävention absolviert haben, besteht die Möglichkeit, direkt in die Folge 2 des jeweiligen Ausbildungsprofils einzusteigen. Diese Regelung gilt nicht für das Präventionsprofil im Kinderturnen, da dieses nur komplett angeboten wird.

### Ausbildungsstruktur ÜL-B Sport in der Prävention





### Die DTB-Akademie NRW mit ihren Standorten Hamm und Bergisch Gladbach

Die DTB-Akademie ist eine Bildungseinrichtung der Turnverbände, die außerhalb des Lizenzwesens aktuelle Felder der Aus-, Fort- und Weiterbildung besetzt; sie ist offen für alle Interessierten. Sie bietet für ausgesuchte Berufs- und Zielgruppen die Möglichkeit der individuellen Weiterbildung bis hin zu berufsqua-

lizierenden Angebotsformen. Zielgruppen sind Übungsleiter und Trainer der Turn- und Sportvereine, Fachpersonal der kommerziellen Fitness-Szene und ausgewiesene Fachberufe wie Sportlehrer, Sportwissenschaftler, Erzieher, Lehrer, und Altenpfleger. Sie agiert in den Kernfeldern GYMWELT und Kinderturnen.

### Ausbildungen DTB-Akademie

Trainer-Ausbildungen	Kursleiter-Ausbildungen	Instructor-Ausbildungen
<p><b>Aerobic / Fitness</b> DTB-Trainer GroupFitness DTB Functional Training Coach</p> <p><b>Pilates &amp; Yoga / Body &amp; Mind</b> DTB-Yogaleher DTB-Trainer Pilates</p> <p><b>Gesundheit</b> (Voraussetzung Präventionslizenz ÜL-B) DTB-Rückentrainer DTB-Trainer Beckenboden DTB-Trainer Osteoporose Prävention Bewegter Rücken – Basisausbildung</p>	<p><b>Pilates &amp; Yoga / Body &amp; Mind</b> DTB-Kursleiter Pilates DTB-Kursleiter Yoga</p> <p><b>Gesundheit</b> DTB-Kursleiter Stressbewältigung durch Achtsamkeit DTB-Kursleiter Entspannungstechniken</p> <p><b>Älter werden</b> DTB-Kursleiter Sturzprävention Stufe I DTB-Kursleiter Menschen mit Demenz bewegen DTB-Kursleiter Bewegungs- und Gesundheitsförderung für Hochaltrige</p> <p><b>Kinder</b> DTB-Kursleiter Kindertanz DTB-Kursleiter Psychomotirik im Kinderturnen</p>	<p><b>Aerobic / Fitness</b> LaGym Instructor Drums Alive® Instructor Kantaera® Instructor Instructor Walking/Nordic-Walking Instructor Instructor Core &amp; Stability Instructor Outdoor FitCamp Instructor CrossTraining Instructor ToughClass</p> <p><b>Pilates &amp; Yoga / Body &amp; Mind</b> Aroha® Instructor Kaha®-Instruktor</p>
↑	↑	↑
<p><b>Einstiegsvoraussetzungen</b> (außer DTB-Rückentrainer, DTB-Trainer Beckenboden und DTB-Trainer Osteoporose Prävention)</p> <p>ÜL-C / Trainer-C Lizenz oder Basismodul Gesundheitstraining oder gleichwertige Ausbildung</p>		<p><b>Einstiegsvoraussetzungen</b> ÜL-C / Trainer-C Lizenz oder GroupFitness Basismodul I (a+b): GroupFitness erleben + Aerobic &amp; Step unterrichten lernen (außer Instructor Walking/Nordic Walking, Instructor Core &amp; Stability, Instructor Outdoor FitCamp ToghClass) Basismodul Gesundheitstraining oder gleichwertige Ausbildung</p>

**Weitere Information**  
Detaillierte Informationen über die einzelnen Lehrgänge finden Sie im jährlich veröffentlichten DTB-Akademie-Programm.

**Internet**  
[www.dtb-akademie.de](http://www.dtb-akademie.de)  
[www.rtb.de/Qualifizierung/DTB-Akademie NRW](http://www.rtb.de/Qualifizierung/DTB-Akademie-NRW)  
[www.wtb.de/Downloads/Bildung/Bildungsprogramme](http://www.wtb.de/Downloads/Bildung/Bildungsprogramme)

**Ansprechpartner der Turnverbände**  
**RTB:** Florian Klug  
Tel. 02202 200324  
[klug@rtb.de](mailto:klug@rtb.de)

**WTB:** Stephan Gentes  
Tel. 02388 3000023  
[gentes@wtb.de](mailto:gentes@wtb.de)





**Turnfestakademie**  
Nähere Informationen  
finden Sie auf den  
entsprechenden Internet-  
seiten [www.rtb.de](http://www.rtb.de)  
und [www.wtb.de](http://www.wtb.de).



Im Rahmen einiger DTB-Akademie Ausbildungen werden zudem auch standardisierte evaluierte Kursprogramme vermittelt, die von den Krankenkassen nach §20 SGB V anerkannt sind (siehe Seite 22 ff.). Diese sind im Rahmen der Ausbildung zum

- DTB-Rückentrainer: das standardisierte Kursprogramm *Rücken Aktiv*
- Nordic-Walking-Instructor: die standardisierten Kursprogramme *Walking und mehr* und *Nordic Walking*
- DTB-Kursleiter Sturzprävention: das standardisierte Kursprogramm *Standfest und stabil*
- DTB-Kursleiter Bewegungs- und Gesundheitsförderung für Hochaltrige: das standardisierte Kursprogramm *Fit bis ins hohe Alter*

### Fort-/Weiterbildungen/Kongresse

Neben den C- und B-Lizenzausbildungen bieten beide Turnerbünde zahlreiche weitere Fort- und Weiterbildungen an. Detaillierte Informationen finden Sie hierzu im jährlich erscheinenden Bildungsprogramm der jeweiligen Turnverbände.

### Kongresse

Weiterhin bieten der RTB und WTB jährlich wiederkehrende Kongresse im Rahmen des Fitness- und Gesundheitssportes an. So veranstaltet der RTB z.B. jährlich einen RTB Fitness- und Gesundheitskongress. Beim WTB ist die Sommerakademie / Sommerconvention ein fester Bestandteil im Jahresprogramm.

### Turnfestakademie

Alle vier Jahre richten beide Turnerbünde ein gemeinsames Landesturnfest aus. Ein Schwerpunkt stellt hierbei die Turnfestakademie dar. Auch hier sorgen hochwertige Angebote mit kompetenten Referenten dafür, dass Übungsleiter und Trainer auf dem aktuellen Stand der Entwicklung im Fitness- und Gesundheitssport bleiben.

Nähere Informationen finden Sie auf den entsprechenden Internetseiten [www.rtb.de](http://www.rtb.de) und [www.wtb.de](http://www.wtb.de).



## ■ Die Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT und PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB im primärpräventiven Gesundheitssport

Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ist die Dachmarke des Vereinssports in der Prävention. Es ist vom DOSB und der Bundesärztekammer vor über 10 Jahren als bundesweit einheitliche Marke entwickelt worden und ist ein Kennzeichen für die Qualität der gesundheitsorientierten Sportangebote in Vereinen. Das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT ist unabhängig von der Förderung durch Partner aus der Politik oder dem Gesundheitswesen. So ist die Bezuschussung, die Versicherte für die regelmäßige Teilnahme an Qualitätssiegel-Angeboten von ihrer Krankenkasse erhalten können, ein zusätzlicher Benefit, nicht aber das primäre Ziel von SPORT PRO GESUNDHEIT. Primäres Ziel ist es, Sportvereine als sozial verträgliche Treffpunkte für Menschen in ihrem Wohnumfeld zu etablieren, in denen sie für sich und mit anderen unter kompetenter Leitung in Angeboten mit nachweislich hoher Qualität etwas für ihre Gesundheit tun können.

Mit der Vergabe des PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB durch den DTB und Gesund und fit im Wasser durch den Schwimmverband wird automatisch auch das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT mit vergeben.

### Das Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB der Turnerbünde

Der PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ist als Premiumprodukt eine Auszeichnung für besondere Gesundheitssport-Angebote im Verein, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen. Er hilft Vereinen, nach außen deutlich zu machen, dass sie über qualitativ hochwertige Angebote im Gesundheitssport verfügen. Weiterhin unterstützt er alle Interessenten dabei, das für Sie passende Gesundheitssport-Angebot zu finden. Das Qualitätssiegel wird für die Dauer von zwei Jahren für ein Gesundheitssportangebot vergeben. Das PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Logo ist urheberrechtlich geschützt. Mit Ende des Gültigkeitszeitraumes des Qualitätssiegels ver-

fällt das Nutzungsrecht des Logos. Das Qualitätssiegel kann nach Antragsstellung alle zwei Jahre mit einer anerkannten Fortbildung von 15 Lerneinheiten verlängert werden.

### Voraussetzungen für ein PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB Angebot

Ein PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebot muss folgende Qualitätskriterien (siehe Seite 10) erfüllen:

- zielgruppengerechtes Angebot
- qualifizierte Leitung
- einheitliche Organisationsstrukturen
- präventiver Gesundheits-Check
- begleitendes Qualitätsmanagement
- der Verein als Gesundheitspartner

Die erfolgreiche Teilnahme an einer Ausbildung zum Übungsleiter-B Sport in der Prävention ist Voraussetzung für die Beantragung des Qualitätssiegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB bzw. SPORT PRO GESUNDHEIT.

Die Pluspunktangebote müssen thematisch mit dem Aufbauprofil übereinstimmen. Das bedeutet: mit dem Profil Haltung und Bewegung können Angebote ausgezeichnet werden wie Wirbelsäulengymnastik, Gutes für den Rücken.

Mit dem Profil Herz-Kreislauf-Training können Angebote ausgezeichnet werden wie Walking, Nordic-Walking, Outdoor Ausdauertraining. Der Besuch eines Ausbildungslehrganges auf der zweiten Lizenzstufe wird als Lizenzverlängerung anerkannt.

Mit der Vergabe des PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB durch den DTB und Gesund und fit im Wasser durch den Schwimmverband wird automatisch auch das Qualitätssiegel SPORT PRO GESUNDHEIT mit vergeben.



**Schriftliches  
Antragsformular  
im Anhang!**

Außerdem finden Sie das schriftliche Antragsformular unter [www.rtb.de](http://www.rtb.de) -> Service -> PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB oder [www.wtb.de](http://www.wtb.de) -> Downloads -> Vereinservice -> Qualitätssiegel oder [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de)



## Nutzen und Mehrwert für die Vereine

Das Qualitätssiegel:

- bietet Wettbewerbsvorteile gegenüber kommerziellen Anbietern im Gesundheitssport
- hat hohe Akzeptanz seitens der Ärzte, der Wissenschaft, der Krankenkassen und der Politik
- erleichtert die Zusammenarbeit mit den Krankenkassen und es ist eine Werbeinstrument mit der Möglichkeit der teilweisen Erstattung der Kursgebühren bei bestimmten Kursen für Teilnehmer durch die Krankenkasse
- ist ein zentraler Entscheidungsgrund für das Sporttreiben in Vereinen
- steigert den Bekanntheitsgrad des Vereines, verbessert das Image in der Öffentlichkeit und ist ein öffentlichkeitswirksames Aushängeschild für Vereine
- ist ein Nachweis für qualitativ hochwertige Angebote und kompetente Übungsleiter
- alle Qualitätssiegel Angebote werden in einer bundesweit einheitlichen Datenbank erfasst. Anhand einer Suchfunktion können Interessierte Qualitätssiegelangebote in ihrem Umfeld finden und Kontakt zum Verein aufnehmen. So besteht die Möglichkeit, sich neue Zielgruppen für den Verein zu erschließen
- Alle ausgebildeten Pluspunkt Übungsleiter erhalten exklusives Lehrmaterial, Pluspunkt-Broschüre und Newsletter

## Ziele des Qualitätssiegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB

- bundesweite Marke für Sport- und Bewegungsangebote in der Primärprävention schaffen
- ein flächendeckendes Netz gesundheitsorientierter Sport- und Bewegungsangebote in Sportvereinen auf- und ausbauen
- einen vergleichbaren Qualitätsstandard von gesundheitsorientierten Sport- und Bewegungsangeboten in Sportvereinen gewährleisten
- dem Gesundheitssport im Verein ein unverwechselbares Format geben und dem gemeinwohlorientierten Sport als Akteur in der Prävention politisch präsentieren und etablieren

## Der RTB und WTB stellen folgende Serviceleistungen rund um das Qualitätssiegel zur Verfügung

- eine Urkunde, die den Verein als Qualitätssiegelträger ausweist (kann vom Verein selbst ausgedruckt werden)
- eine reprofähige Vorlage des Logos PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB, erhältlich in den RTB/WTB-Geschäftsstellen
- Tipps und Anregungen zur Anwendung für Ihre Aktionen zur Mitglieiderwerbung
- die Broschüre PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB (digital) mit Informationen rund um den PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB und zum Leitfaden der Krankenkassen §20 SGB V sowie zu den evaluierten Programmen
- Plakate für die Vereinswerbung
- das Magazin PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB (digital) exklusiv nur für die Pluspunkt-Übungsleiter

## Wie beantrage ich den PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB?

Der Antrag auf Verleihung des Pluspunktes Gesundheit.DTB kann entweder online oder per Papierantrag beim RTB/WTB gestellt werden.

### Schriftlich

Antragsformular siehe Anhang Seite 37 und links auf dieser Seite. Folgende Unterlagen sind bei einem Neu- als auch Verlängerungsantrag neben dem vollständig ausgefüllten und unterschriebenen Antrag einzureichen:

- eine Kopie Ihrer gültigen ÜL-B-Lizenz, insofern diese nicht vom RTB/WTB ausgestellt wurde oder eine Kopie ihrer adäquaten beruflichen Ausbildung (z.B. Studium der Sportwissenschaften, Physiotherapeut o.ä.)
- unterschriebene Selbsterklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept (Formular enthalten im Pluspunkt-Antrag) oder eine Kopie der Teilnahme an der Einweisungsveranstaltung des standardisierten Kursprogramms.

Ein Verlängerungsantrag kann frühestens drei Monate vor und bis spätestens einen Monat nach Ablaufdatum des Pluspunkt-Siegels gestellt werden.

### Online

Vereine können den Antrag direkt im DTB-Verwaltungstool Gymnet unter [www.dtb-gymnet.de](http://www.dtb-gymnet.de) online ausfüllen und speichern, so dass auch ein Folgeantrag oder eine Verlängerung sehr viel einfacher wird. Langfristig kann der Verein bei Antragstellungen auf bereits angelegte Daten wie Namen, Adressen und Angebotsorte und -termine zurückgreifen, was das Verfahren erheblich vereinfacht. Zudem sind im Gymnet alle Pluspunkt-Angebote aufgelistet, so dass auch die Verwaltung der Angebote für Vereine erleichtert wird.

### Wer kann die Online-Beantragung nutzen?

Alle DTB-Mitgliedsvereine können Ihre Anträge über das Gymnet stellen.

### Wo finden Sie die Antragsmaske?

Die Anträge können Sie im Gymnet unter [www.dtb-gymnet.de](http://www.dtb-gymnet.de) ausfüllen und speichern.

### Wie komme ich an ein Login fürs Gymnet?

Bitte beachten Sie, dass Sie für die Online-Beantragung des PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB ein Vereinslogin brauchen. Informieren Sie sich bei Ihrem Verein, ob es bereits ein Vereinslogin bzw. einen Vereinsadministrator gibt. Über Ihren Vereinsadministrator können sich Vereinsgruppen z. B. auch zum Deutschen Turnfest, zur Weltgymnaestrada o.ä. anmelden. Hilfestellung hierfür gibt Ihnen auch der Deutsche Turner-Bund. Das Vereinslogin kann unter folgender Adresse beantragt werden: [www.pluspunkt-gesundheit.de/-/Beantragung/Gymnet-Vereinslogin](http://www.pluspunkt-gesundheit.de/-/Beantragung/Gymnet-Vereinslogin) beantragen.

**Achtung:** Sie können nicht das Login verwenden, das Sie als Privatperson bzw. Übungsleiter nutzen, um sich z. B. für Aus- und Fortbildungen der DTB-Akademie anzumelden.

### Wo finde ich die Anträge, wenn ich eingeloggt bin?

Wenn Sie sich unter [www.dtb-gymnet.de](http://www.dtb-gymnet.de) eingeloggt haben, finden Sie auf der linken Seite den Punkt *Anträge*, versehen mit einem kleinen Pluspunkt-Logo. Bitte klicken Sie den Punkt *Anträge* an. Im zweiten Schritt werden Ihnen an dieser Stelle alle Anträge aufgelistet. Dabei können Sie zwischen Präventions- und Rehabilitationsangeboten unterscheiden. Um einen Neuantrag anzulegen, müssen Sie sich zuerst entscheiden, ob das Angebot ein Präventions- oder ein Rehabilitationsangebot ist. Bitte wählen Sie diesen Bereich aus. Dann können Sie oben rechts einen *neuen Antrag* öffnen.

### Wo finde ich eine Hilfestellung bei inhaltlichen Fragen zum Antrag?

Unter [www.pluspunkt-gesundheit.de/Downloads](http://www.pluspunkt-gesundheit.de/Downloads) finden Sie eine Ausfüllhilfe für den Antrag. Diese Ausfüllhilfe ist auch im Gymnet über der Frage eins: *Zielgruppengerechtes Angebot* verlinkt.

### Wo finde ich eine Hilfestellung bei technischen Fragen zur Eingabe?

Anregungen und Hilfestellungen beim Ausfüllen des Antragsformulars finden Sie ebenfalls unter [www.pluspunkt-gesundheit.de/Downloads](http://www.pluspunkt-gesundheit.de/Downloads).

### Individuelles Rahmenkonzept und standardisierte Kursprogramme als Grundlage eines PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebotes

Zwei Wege führen zu den Qualitätssiegeln SPORT PRO GESUNDHEIT und PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB:

- Ein selbsterarbeitetes und geschriebenes individuelles Rahmenkonzept oder
- Der Besuch einer eintägigen Einweisung in ein standardisiertes evaluiertes Kursprogramm.

Beide Möglichkeiten erfüllen die Qualitätsanforderungen in gleicher Weise und ohne Einschränkungen! Alle PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB Angebote werden automatisch auch mit SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet. Ein zusätzlicher Antrag ist nicht notwendig!

### Gebühren

#### Schriftlich

pro Antragsstellung  
in Papierform 30,-

Verlängerung in  
Papierform 20,-

#### Online

pro Antragsstellung  
über das Gymnet 20,-

Verlängerung über  
das Gymnet 10,-

Dem Verein wird darüber  
eine Rechnung gestellt.

Alle PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebote werden automatisch auch mit SPORT PRO GESUNDHEIT ausgezeichnet!  
Ein zusätzlicher Antrag ist nicht notwendig!





### Individuelles Rahmenkonzept als Grundlage eines PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB Angebotes

Es besteht die Möglichkeit, ein Vereinsangebot auf der Grundlage eines vom Übungsleiter selbst erstellten Rahmenkonzeptes als PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB Angebot auszeichnen zu lassen. Dieses Rahmenkonzept enthält u.a. das Angebotsprofil, eine konkrete Ablaufplanung mit Angaben zu den Themen und den Praxisinhalten der 10 bis 12 Einheiten. Weiterhin sind hier Ziele, Inhalte und Methoden des Angebotes sowie die Vermittlung von Information und Rückmeldung der Teilnehmer unter Berücksichtigung der jeweiligen Zielgruppe beschrieben.

Der besondere Nutzen der individuellen Rahmenkonzepte lässt sich wie folgt beschreiben:

- berücksichtigt besser die Schwerpunkte des Übungsleiters und die Zusammensetzung der Gruppe als standardisierte Programme
- motiviert, eine systematische, aufeinander aufbauende Verlaufsplanung zu erstellen
- motiviert, die verschiedenen Zielebenen eines zeitgemäßen Präventionsangebotes zu berücksichtigen
- schafft bei Dauerangeboten ein Konzept zur Betreuung von Neueinsteigern
- bietet Gelegenheit zur Selbstüberprüfung der Inhaltsqualität des Angebots
- schafft Möglichkeit zur Selbstreflexion für den ÜL
- dient zur regelmäßigen Anpassung eines Angebots an aktuelle Erkenntnisse
- Führt zu einer stärkeren Auseinandersetzung bei der Erstellung eines eigenen Konzeptes -> Qualitätsentwicklung durch Beratung der Verbände

### Standardisiertes Kursprogramm als Grundlage eines PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebotes

Standardisierte Programme sind Kursprogramme, bei denen die einzelnen Stunden inhaltlich genau vorgeschrieben und beschrieben sind. Diese einzelnen Stunden sind in entsprechenden Kursleitermanualen festgehalten. Somit laufen die jeweiligen Kurse überall in Deutschland gleich ab.

Die Programme zeichnen sich dadurch aus, dass sie wissenschaftlich überprüft wurden und im Rahmen der neuen Gesetzgebung zur Förderung der Prävention (§20, SGB V) von den Spitzenverbänden der Krankenkassen anerkannt werden können. Diese Angebote erhalten das DTB-Siegel *Präventionsgeprüft* (siehe Seite 24).



Im Rahmen von Tagesschulungen können sich Übungsleiter-B der 2. Lizenzstufe Prävention oder Personen mit professioneller Ausbildung als: Sportlehrer, Sportwissenschaftler, Krankengymnast, Physiotherapeut, Gymnastiklehrer, in die Planung und Durchführung von standardisierten gesundheitsorientierten Sportprogrammen einweisen lassen. Alle Teilnehmer erhalten im Anschluss an die Schulung das jeweils entsprechende Kursmanual. Der Qualifikationsnachweis ist der Anmeldung in Kopie beizufügen.

Diese Weiterbildungen werden zur Verlängerung des Qualitätssiegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB / SPORT PRO GESUNDHEIT und der Verlängerung der 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention mit 8 LE anerkannt

#### Achtung

Im Rahmen von Tagesschulungen können sich Übungsleiter-B der 2. Lizenzstufe Prävention oder Personen mit professioneller Ausbildung als: Sportlehrer, Sportwissenschaftler, Krankengymnast, Physiotherapeut, Gymnastiklehrer, in die Planung und Durchführung von standardisierten gesundheitsorientierten Sportprogrammen einweisen lassen. Alle Teilnehmer erhalten im Anschluss an die Schulung das jeweils entsprechende Kursmanual.





### Walking und mehr

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Herz-Kreislauf-Training

Anerkennung\*: Ja 



### Optiwell

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Allgemeine Prävention,  
Herz-Kreislauf-Training und/oder  
Haltung und Bewegung

Anerkennung\*: Nein 



### Appetit auf Bewegung

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Gesundheitsförderung  
im Kinderturnen

Anerkennung\*: Nein 



### PowerMOVES für fitte Kids

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Gesundheitsförderung für Kinder

Anerkennung\*: Nein



### Cardio-Aktiv

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Herz-Kreislauf-Training

Anerkennung\*: Ja 



### Rücken-Aktiv

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Haltung und Bewegung

Anerkennung\*: Ja



### Fit bis ins hohe Alter

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Allgemeine Prävention,  
Herz-Kreislauf-Training und/oder Hal-  
tung und Bewegung

Anerkennung\*: Ja 



### Rückentraining – sanft und effektiv

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Haltung und Bewegung

Anerkennung\*: Ja

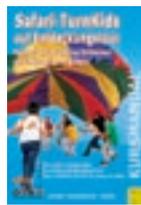


### Fit und gesund

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Allgemeine Prävention,  
Herz-Kreislauf-Training und/oder Hal-  
tung und Bewegung

Anerkennung\*: Ja 



### Safari TurnKids auf Entdeckungstour

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Gesundheitsförderung  
im Kinderturnen

Anerkennung\*: Ja



### M.O.B.I.L.I.S. light

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Herz-Kreislauf-Training

Anerkennung\*: Ja 



### Standfest und stabil

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Allgemeine Prävention und/oder  
Haltung und Bewegung

Anerkennung\*: Ja



### Nordic Walking

2. Lizenzstufe – Sport in der Prävention

Profil: Herz-Kreislauf-Training

Anerkennung\*: Ja 

\*Anerkennung durch  
die Krankenkassen

Hier finden Sie eine  
Übersicht der standardi-  
sierten Kursprogramme  
inklusive der Zulassungs-  
voraussetzungen für  
die Schulungen.  
Eine Kurzbeschreibung  
der Inhalte der standardi-  
sierten DTB-Kursprogramme  
finden Sie unter [www.  
pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de).



**Ansprechpartner,  
Antragsstellung und  
Informationen**

RTB

Florian Klug

Tel. 02202 200324

klug@rtb.de

oder

[www.rtb.de/Service/  
pluspunktgesundheit.dtb](http://www.rtb.de/Service/pluspunktgesundheit.dtb)

WTB

Stephan Gentes

Tel. 02388 3000023

gentes@wtb.de

Georgina Smeilus

Tel. 02388 3000029

smeilus@wtb.de

oder

[www.wtb.de/Downloads/](http://www.wtb.de/Downloads/)

Vereinservice/

Qualitätssiegel

Weitere Informationen  
unter [www.pluspunkt-  
gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de).

### Vorteile standardisierter Programme

- qualitativ inhaltlich hochwertige Kursangebote mit aufbereiteten Kursmaterialien
- Motivationshilfe für Übungsleiter, die vor der Erstellung eines Rahmenkonzepts zurückscheuen
- besonders für ÜL geeignet, die in die Prävention neu einsteigen und noch etwas unsicher und unerfahren sind
- entspricht den Anforderungen des Leitfadens der Krankenkassen zum §20 SGB V
- Schulungen der ÜL Sport in der Prävention und Einführung in die o.g. Programme
- weniger Aufwand bei der Beantragung und Kasernenanerkennung
- keine Prüfung von Seiten der Krankenkassen notwendig, da eine DTB-Bundesvereinbarung mit Krankenkassen (Verband der Ersatzkassen vdek) zur Anerkennung der standardisierten evaluierten Programme (präventionsgeprüft) besteht



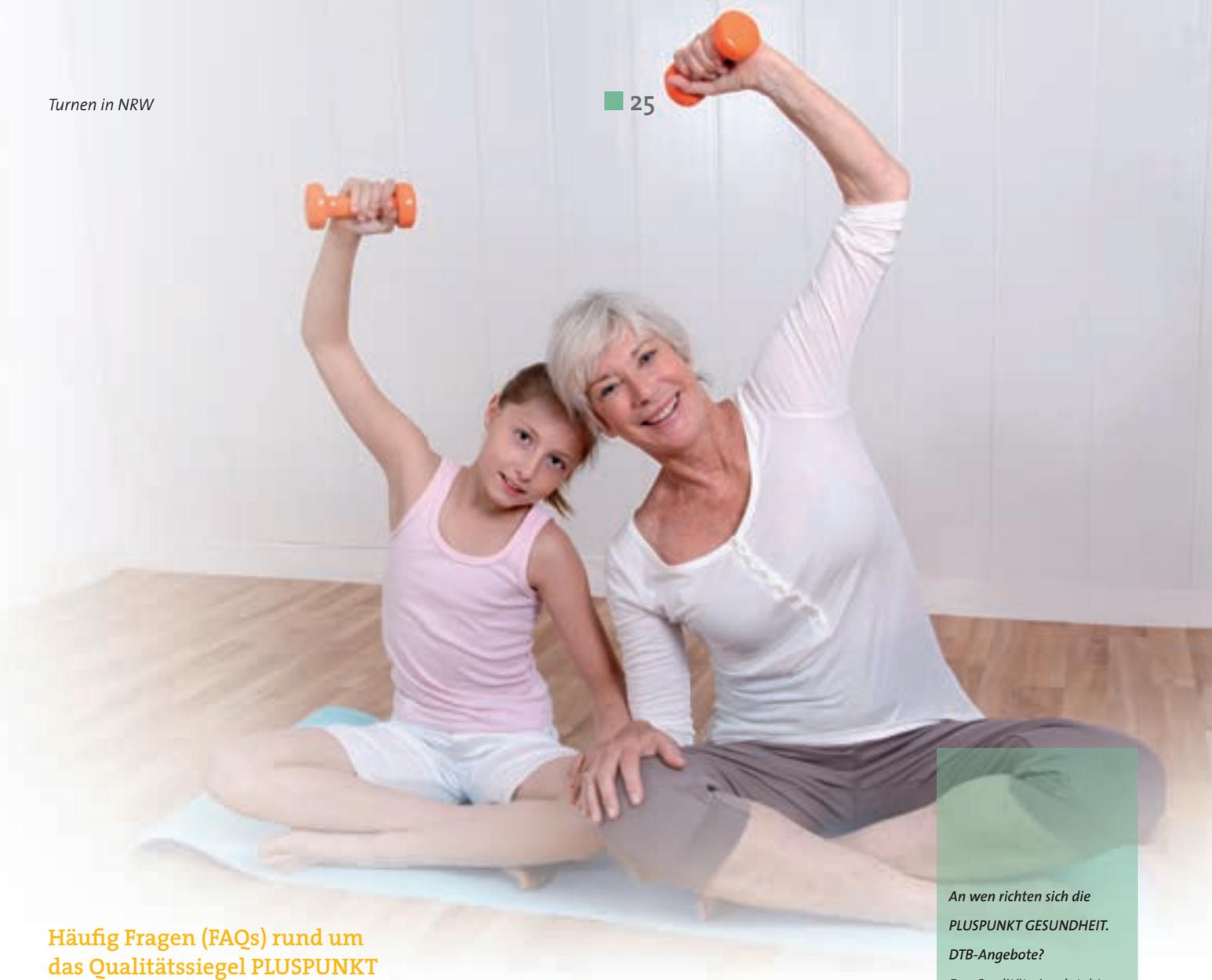
### Prüfzeichen Präventionsgeprüft

Der Deutsche Turner-Bund hat ein Prüfzeichen für standardisierte Kursprogramme im Gesundheitssport entwickelt. *Präventionsgeprüft* steht für qualifizierte, standardisierte und evaluierte Kursprogramme im Gesundheitssport. Mit dem Prüfzeichen werden ausschließlich standardisierte Gesundheitssportprogramme ausgezeichnet, deren Übungsleiter im Besitz einer entsprechenden 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention sind und die Teilnahme an einer DTB-Schulung zur Einführung in das Kursprogramm mit einem DTB-Zertifikat nachweisen können.

*Präventionsgeprüft* ist Kern von Kooperationsvereinbarungen mit den Krankenkassen und signalisiert diesen, dass es sich bei dem ausgezeichneten Angebot um ein standardisiertes, anerkanntes und evaluiertes Gesundheitssportprogramm handelt, das bezüglich der Kostenerstattung für Teilnehmer keiner genaueren Einzelfallprüfung mehr bedarf.

Der Deutsche Turner-Bund hat dazu mit folgenden Mitgliedskassen des Verbandes der Ersatzkassen (vdek) eine Kooperationsvereinbarung geschlossen: BARMER GEK, Techniker Krankenkasse (TK), DAK-Gesundheit, KKH-Allianz, HEK – Hanseatische Krankenkasse, u.a. Diese Rahmenvereinbarung basiert auf Grundlage der Durchführung primärpräventiver Maßnahmen nach §20 Abs.1 SGB V.





### Häufig Fragen (FAQs) rund um das Qualitätssiegel PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB

#### Gilt das Qualitätssiegel für den ganzen Verein und alle Angebote?

Nein, das Qualitätssiegel wird für jedes Angebot extra beantragt.

#### Kann ich als Übungsleiter das PLUSPUNKT GESUNDHEIT-Angebot in mehreren Vereinen durchführen?

Ja, allerdings muss für jeden Verein das Qualitätssiegel beantragt werden. Einrichtungen wie VHS sind jedoch davon ausgenommen.

#### Kann ich das Angebot in anderen Einrichtungen anbieten?

Nein! Ausgezeichnete Qualitätssiegel Angebote sind immer vereinsbezogen.

#### An wen richten sich die PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebote?

Das Qualitätssiegel steht nur für den Bereich der Primärprävention und nicht für Rehabilitation.

Die Angebote richten sich generell an gesunde Teilnehmer ohne gesundheitliche Einschränkungen.

#### Welche Voraussetzungen gelten für Angebote im Bereich Wasser (Aqua usw.)?

Die Grundqualifikation muss zum jeweiligen Angebot passen. Das heißt, für Aqua-Angebote muss die B-Lizenz Bewegungsraum Wasser vorliegen. Eine andere B-Lizenz plus eine Fortbildung im Aquafitnessbereich ist nicht ausreichend.

#### Muss der Verein eine Kursgebühr erheben oder können auch Vereinsbeiträge angesetzt werden und kann zwischen Mitgliedern und Nichtmitgliedern unterschieden werden?

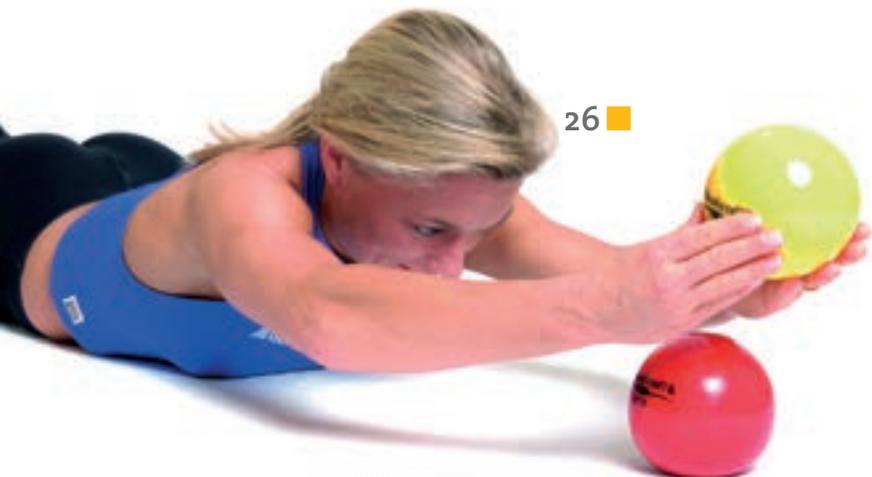
Für eine Bezuschussung durch die Krankenkassen muss eine extra Kursgebühr erhoben werden, die unabhängig von Vereins- und Spartenbeiträgen ist. Für Mitglieder und Nichtmitglieder können unterschiedliche Gebühren angesetzt werden. Spartenbezogene Beiträge können nicht abgerechnet werden.

*An wen richten sich die PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB-Angebote?*

*Das Qualitätssiegel steht nur für den Bereich der Primärprävention und nicht für Rehabilitation.*

*Die Angebote richten sich generell an gesunde Teilnehmer ohne gesundheitliche Einschränkungen.*





## ■ Präventionsleistungen der Krankenkassen (ZPP)

Die Bezuschussung von primärpräventiven Angeboten, zu denen auch die Angebote mit einem Qualitätssiegel gehören, sind freiwillige Leistungen der Krankenkassen. Die Regularien sind im Leitfaden Prävention des GKV Spitzenverbandes festgelegt.

### Wichtig:

Qualitätssiegel PLUSPUNKT-GESUNDHEIT.DTB/  
SPORT-PRO-GESUNDHEIT-Angebote  
sind nicht automatisch verbunden mit  
Kassenanerkennung/ Erstattung  
von Teilnehmer-Beiträgen

Grundsätzlich gilt:

- Krankenkassen fördern zeitlich befristete Kurse mit festgelegten Organisationskriterien (Anzahl, Dauer und Rhythmus der Kurseinheiten, Teilnehmerzahl usw.), aber keine Dauerangebote!
- die Kurse müssen die Qualitätsstandards erfüllen
- pro Jahr wird die Teilnahme an zwei primärpräventiven Angeboten bezuschusst. Diese Angebote müssen aus dem Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten stammen und dem Präventionsprinzip Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität zuzuordnen sein
- die Teilnahme an ein und demselben Angebot wird nur alle zwei Jahre bezuschusst
- die anteilige Kostenerstattung erfolgt im Nachhinein gegenüber dem Versicherten

### Allgemeine Informationen zur Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP)

Seit 1. Januar 2014 werden Präventionskurse und Anbieter von Präventionskursen bundesweit zentral und kassenübergreifend auf Qualität geprüft. Eine entsprechende Kooperationsvereinbarung wurde vom Verband der Ersatzkassen e.V. (vdek), dem BKK Dachverband, der IKK classic, der IKK Brandenburg und Berlin, BIG direkt gesund, der Knappschaft und der Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau geschlossen.

Um sicherzustellen, dass der bezuschusste Präventionskurs auch allen gesetzlichen Qualitätsanforderungen gerecht wird, sind die Krankenkassen gesetzlich verpflichtet, die Kursanbieter, insbesondere deren Qualifikationen, Leistungsnachweise und Trainermanuale zu überprüfen. Erfüllt ein Kursangebot alle Qualitätskriterien, erfolgt eine Zertifizierung als Gütesiegel.

Mit der nun abgeschlossenen Kooperationsvereinbarung wird diese Überprüfung ab Januar 2014 von einer zentralen Prüfstelle bundesweit für alle teilnehmenden Krankenkassen durchgeführt – statt wie bisher in der Regel von jeder Krankenkasse einzeln.

Nachstehende Übergangsregelung greift bei Drucklegung dieser Broschüre: Der DOSB gibt die Qualitätssiegel-Daten von allen Sportverbänden (auch die Daten vom DTB) gesammelt an die ZPP weiter. Die Daten werden in eine Datenbank der ZPP eingelesen, die nur für die ZPP und die Krankenkassen einsehbar ist. Weder die Vereine noch die Sportverbände haben direkten Zugriff. Alle Vereine, die wissen möchten, welche Angebote über die Schnittstelle übertragen wurden, müssen Kontakt mit einer Krankenkasse vor Ort oder der ZPP aufnehmen.

Alternativ können sie auch bei der jeweiligen Krankenkasse unter der Angebotssuche von Präventionsmaßnahmen nachschauen. Dort finden sie auch die eingelesenen Pluspunkt-Angebote. Hier ist z. B. die Angebotssuche der DAK: [www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/kurse/](http://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/kurse/) hilfreich.

Nach der Datenweitergabe wird durch die ZPP ein Filter über die Angebotstitel gelegt. Begriffe im Angebotstitel aus diesem Filter erhalten keine Krankenkassenbezuschussung.

Nähere Infos können Sie auf der Internetseite der ZPP [www.zentrale-pruefstelle-praevention.de](http://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de) nachlesen.

**Wichtig:**  
Qualitätssiegel PLUSPUNKT  
GESUNDHEIT.DTB/SPORT  
PRO GESUNDHEIT  
Angebote  
sind nicht automatisch  
verbunden mit  
Kassenanerkennung/ Erstat-  
tung von Teilnehmer-  
Beiträgen



### Informationen zur Antragstellung bei der Zentralen Prüfstelle Prävention

Die Prüfergebnisse sind grundsätzlich bis drei Jahre ab dem Zeitpunkt der Zertifizierung gültig bzw. bis Ablauf der (Zusatz-)Qualifikation (z.B. Qualitätssiegel wie PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB/ Sport PRO Gesundheit). Danach erfolgt eine Rezertifizierung der Kurse. Jede Rezertifizierung ist wie jede Kursprüfung kostenfrei.

### Eintragung von standardisierten Kursprogrammen des DTB bei der ZPP

Folgende Konzepte sind derzeit zentral anerkannt:

- Cardio Aktiv (10 Einheiten á 60 bis 90 Minuten)
- Cardio Fit (10 Einheiten á 60 bis 90 Minuten)
- Fit bis ins hohe Alter

- Gesund und fit bzw. Fit und gesund
- Nordic Walking
- Rücken Aktiv
- Rücken-Fit
- Rückentraining-sanft und effektiv
- SAFARI-TurnKids
- Standfest und stabil
- Walking und mehr-Schritt für Schritt zur Fitness (12 Stunden Programm)
- M.O.B.I.L.I.S. light (Ernährungsteil benötigt entsprechende Qualifikation)
- NordicFit
- Trittsicher durch's Leben

*Die Prüfergebnisse sind grundsätzlich bis drei Jahre ab dem Zeitpunkt der Zertifizierung gültig bzw. bis Ablauf der (Zusatz-)Qualifikation (z.B. Qualitätssiegel wie PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB/Sport PRO Gesundheit). Danach erfolgt eine Rezertifizierung der Kurse. Jede Rezertifizierung ist wie jede Kursprüfung kostenfrei.*





## Häufige Fragen zur Zentralen Prüfstelle Prävention

Ist der DTB bzw. der RTB oder WTB bei den Prüfungen der ZPP involviert?

Nein.

Was ist der Leitfaden Prävention?

Mit dem Leitfaden legt der GKV-Spitzenverband Handlungsfelder und Kriterien für die Leistungen der Krankenkassen in der Primärprävention und betrieblichen Gesundheitsförderung nach den §§20 und 20a des Fünften Buches des Sozialgesetzbuches (SGB V) vor, die für die Leistungserbringung vor Ort verbindlich gelten. Der Leitfaden bildet die Grundlage, die Versicherten dabei zu unterstützen, Krankheitsrisiken möglichst frühzeitig vorzubeugen und ihre gesundheitlichen Potenziale und Ressourcen zu stärken. Maßnahmen, die nicht den in diesem Leitfaden dargestellten Handlungsfeldern entsprechen, dürfen von den Krankenkassen nicht im Rahmen von §20 und §20a SGB V durchgeführt oder gefördert werden.

Den Leitfaden in der aktuellen Version (von 2010) können Sie ebenfalls unter [www.zentrale-pruefstelle-praevention.de](http://www.zentrale-pruefstelle-praevention.de) herunterladen. Interessant für Turn- und Sportvereine sind die Seiten 25 bis 56.

Welche Handlungsfelder und Präventionsprinzipien gibt es in der Primärprävention und was bedeutet das für die Anerkennung von Übungsleitern?

In der Primärprävention gibt es vier Handlungsfelder. Lediglich das Handlungsfeld Bewegungsgewohnheiten ist für Übungsleiter aus Sportvereinen in Kooperation mit Krankenkassen von Bedeutung.

Angebote, die dem Präventionsprinzip Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität zugeordnet werden können, können von der ZPP bewilligt werden, wenn der Übungsleiter die Lizenz Sport in der Prävention + Qualitätssiegel SPORT PRO Gesundheit/ PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB und Einweisung in

Gesundheitssportprogramm vorweisen kann. Angebotsbeispiel für dieses Präventionsprinzip: Rücken-Aktiv – bewegen statt schonen, Nordic Walking, Cardio-Aktiv – Herz-Kreislauf Training für Jung und Alt etc.

Bei dem Präventionsprinzip Vorbeugung und Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme ist die Lizenz-Aus-

### Handlungsfeld 1 Bewegungsgewohnheiten

#### Präventionsprinzip 1:

Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität

#### Voraussetzung:

B-Lizenz Sport in der Prävention

#### Präventionsprinzip 2:

Vorbeugung und Reduzierung speziell gesundheitlicher Risiken durch geeignete verhaltens- und gesundheitsorientierte Bewegungsprogramme

#### Voraussetzung:

staatlich anerkannte Berufsausbildung

### Handlungsfeld 2 Ernährung

#### Voraussetzung

staatlich anerkannte Berufsausbildung

### Handlungsfeld 3 Stressmanagement

#### -Voraussetzung

staatlich anerkannte Berufsausbildung

### Handlungsfeld 4 Suchtmittelkonsum

nicht relevant für Sportvereine/ Übungsleiter

#### Was ist der Leitfaden der Prävention?

Der Leitfaden bildet die Grundlage, die Versicherten dabei zu unterstützen, Krankheitsrisiken möglichst frühzeitig vorzubeugen und ihre gesundheitlichen Potenziale und Ressourcen zu stärken.





bildung nicht ausreichend. Hier wird ein staatlich anerkannter Berufs- oder Studienabschluss im Bereich Bewegung (z.B. Sport- und Gymnastiklehrer, Physiotherapeut, Sportwissenschaftler u.a.) benötigt. Angebotsbeispiele, die von den Krankenkassen dem Präventionsprinzip Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivität zugeordnet werden: Pilates, Rückenschule, Beckenbodengymnastik, Osteoporosegymnastik.

Ebenso ist in den Handlungsfeldern Stressmanagement und Ernährung ein staatlich anerkannter Berufsabschluss zwingend Voraussetzung bei der Kooperation mit Krankenkassen.

Das Handlungsfeld Suchtmittelkonsum ist für Übungsleiter in Sportvereinen eher von geringer Bedeutung.

#### **Angebote aus dem Bereich Stressmanagement (Progressive Relaxation, Autogenes Training, Hatha Yoga, Tai Chi, Qigong u.a.)**

Bewegungsangebote, die den Präventionsprinzipien:

- Förderung von Stressbewältigungskompetenzen (Multimodales Stressmanagement) oder
- Förderung von Entspannung (palliativ-regeneratives Stressmanagement)

zuzuordnen sind, werden laut Leitfaden Prävention nur von Krankenkassen bezuschusst, wenn

sie von Fachkräften aus dem Bereich der psychosozialen Gesundheit durchgeführt werden, die über einen staatlich anerkannten Berufs- oder Studienabschluss und einer jeweiliger Zusatzqualifikation verfügen. Vgl. Leitfaden Prävention ab Seite 51.

#### **Werden Angebote zum Puspunkt Gesundheit automatisch durch die ZPP/Krankenkassen anerkannt?**

Kosten für PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB zertifizierte Kurse sowie Gesundheitssportkurse von Übungsleitern mit einer höherwertigen bewegungs- und sportbezogenen Berufsausbildung können von Krankenkassen bis zu 80% übernommen werden.

Krankenkassen sind jedoch nicht verpflichtet, Präventionsmaßnahmen zu fördern. Der Paragraph 20 SGB V und der Leitfaden der Krankenkassen zur Umsetzung ist eine Kann- und keine Muss-Regelung.

Eine direkte Förderung der Vereinsangebote durch die Krankenkassen ist nicht vorgesehen; vielmehr müssen sich die Kursteilnehmer der PLUSPUNKT-Angebote mit ihrer Krankenkasse in Verbindung setzen, um die Kursgebühren eventuell erstattet zu bekommen.

*Werden Angebote zum Puspunkt Gesundheit automatisch durch die ZPP/ Krankenkassen anerkannt? Kosten für PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB zertifizierte Kurse sowie Gesundheitssportkurse von Übungsleitern mit einer höherwertigen bewegungs- und sportbezogenen Berufsausbildung können von Krankenkassen bis zu 80% übernommen werden.*



*Gibt es eine regelmäßige Datenweitergabe zwischen DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) und der ZPP? Ja, es gibt eine regelmäßige, automatische Datenweitergabe zwischen dem DOSB und der ZPP. Der DOSB gibt die Qualitätssiegel-Daten von allen Sportverbänden (auch die Daten vom DTB) gesammelt an die ZPP weiter. Dabei wird ein Filter über die Angebotstitel gelegt, der von der ZPP erstellt wurde.*



### Gibt es eine regelmäßige Datenweitergabe zwischen DOSB (Deutscher Olympischer Sportbund) und der ZPP?

(Übergangsregelung seit Oktober 2014)

Ja, es gibt eine regelmäßige, automatische Datenweitergabe zwischen dem DOSB und der ZPP. Der DOSB gibt die Qualitätssiegel-Daten von allen Sportverbänden (auch die Daten vom DTB) gesammelt an die ZPP weiter. Dabei wird ein Filter über die Angebotstitel gelegt, der von der ZPP erstellt wurde.

Erscheint ein Begriff der Filterliste im Angebotstitel, so wird das Angebot herausgefiltert und fließt nicht bei der ZPP zur Krankenkassenanerkennung ein.

Die Vereinsangebote werden in einen Bereich der ZPP übertragen, der nur für die ZPP und die Krankenkassen sichtbar ist. Weder die Vereine noch die Sportverbände haben hier Zugriff. Alle Vereine, die wissen möchten, welche Angebote über die Schnittstelle übertragen wurden, müssen Kontakt zu einer Krankenkasse vor Ort oder zur ZPP aufnehmen.

Alternativ können sie auch bei der jeweiligen Krankenkasse unter der Angebotssuche von Präventionsmaßnahmen nachschauen. Dort finden sie auch die eingeleseenen Pluspunkt-Angebote. Hier ist z.B. die Angebotssuche der DAK: <http://17351.zentrale-pruefstelle-praevention.de/kurse/>.

### Wie lange gilt die Schnittstellen-Regelung?

Die Schnittstelle zwischen dem DOSB und der ZPP ist eine Übergangsregelung. Eine langfristige Lösung ist bisher nicht gefunden. Stand Oktober 2014; Änderungen werden entsprechend bekannt gegeben.

### Was sind die Ausschlusskriterien für eine Bezuschussung durch die Krankenkassen?

- Maßnahmen, die an eine bestehende oder zukünftige Mitgliedschaft gebunden sind
- Maßnahmen, die sich an Kinder unter sechs Jahren richten
- Maßnahmen, die auf Dauer angelegt sind
- Angebote des allgemeinen Freizeit- und Breitensports
- Maßnahmen, die vorwiegend dem Erlernen einer Sportart dienen (Tischtennis, Reiten)
- Maßnahmen, die einseitige körperliche Belastungen erfordern
- reine oder überwiegend gerätegestützte Angebote
- Angebote, die an die Nutzung von Geräten bestimmter Firmen gebunden sind
- Maßnahmen, die von Anbietern durchgeführt werden, welche ein wirtschaftliches Interesse am Verkauf von Begleitprodukten (z.B. Diäten, Nahrungsergänzungen, Sportgeräte) besitzen
- Angebote aus dem Bereich Entspannung (z.B. Tai Chi, Qigong, Progressive Muskelrelaxation, Yoga)
- Maßnahmen, die keine kognitiven Elemente enthalten
- Maßnahmen, die variable Kurszeiten und somit kein feststehendes Vermittlungskonzept haben

### Bekommt ein Teilnehmer mehrere PLUSPUNKT GESUNDHEIT-Kurse im Jahr bezuschusst?

Die Krankenkassen fördern maximal zwei Kursen pro Versicherten und Kalenderjahr aus verschiedenen Handlungsfeldern (Bewegungsgewohnheiten, Ernährung, Stressmanagement, Entspannung, Suchtmittelkonsum). Es erfolgt keine Bezuschussung der gleichen Maßnahmen im Folgejahr.

### Wie erhält der Kursteilnehmer den Zuschuss?

Der Versicherte füllt Teil 1: Antrag auf Bezuschussung des vorgegebenen Formulars der Krankenkassen aus. Der Verein füllt Teil 2: Teilnahmebescheinigung und Verpflichtungserklärung aus. Der Versicherte leitet das ausgefüllte Formular an seine Krankenkasse weiter. Ferner sollte eine Kopie der



PLUSPUNKT-Gesundheit-Urkunde sowie ein Beleg über die gezahlte Kursgebühr beigelegt werden.

#### **Muss ich die vorgegebene Teilnahmebescheinigung der Krankenkassen benutzen?**

Ja, bitte die Musterteilnahmebescheinigung der Krankenkassen benutzen und keine vereinseigene Bescheinigung, da ansonsten eine Bezuschussung abgelehnt werden kann. Die aktuelle Musterbescheinigung zeugt zusätzlich für die Qualität der Angebote (siehe Anhang).

#### **Wie kann man als Verein sehen, ob ein Angebot in der ZPP geführt wird?**

Weder die Vereine noch die Sportverbände haben direkten Zugriff. Alle Vereine, die wissen möchten, welche Angebote über die Schnittstelle übertragen wurden, müssen Kontakt zu einer Krankenkasse vor Ort oder der ZPP aufnehmen. Alternativ besteht die Möglichkeit, auch bei den Präventionskurs-Suchen auf den Internetseiten der einzelnen Krankenkassen nach ihren Angeboten zu suchen. Manche Krankenkassen, wie z.B. die DAK, haben die ZPP-Suche bei sich eingebunden (<http://17351.zentrale-pruefstelle-praevention.de/kurse/>).

#### **Soll ich als Übungsleiter selbständig meine Angebote bei der ZPP einpflegen?**

Durch den zur Zeit noch automatisch monatlich vorgenommenen Datenexport der PLUSPUNKT Gesundheit.DTB/SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote zum Deutschen Olympischen Sportbund (DOSB) und der Weiterleitung an die ZPP empfehlen wir: Tragen Sie Ihre Angebote nicht eigenhändig in die ZPP-Datenbank ein!

#### **Bereinigen der Daten – Ablehnungsbescheide vermeiden**

In vielen Fällen ist es leider so, dass PLUSPUNKT Gesundheit.DTB/ SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote nicht nur in dem gesonderten Verzeichnis stehen, sondern auch in der allgemeinen ZPP-Datenbank. Diese Daten stammen aus Datenbanken unterschiedlicher Krankenkassen oder sind durch Selbsteingabe eingetragen worden. Diese Angaben sollen Sie nicht pflegen, damit Sie keinen Prüfprozess auslösen. Die Folge ist allerdings: Diese Angebote stehen inzwischen vielfach als abgelehnt oder nicht-prüfbar in der ZPP-Datenbank. Dadurch können ungerechtfertigte Ablehnungen von Kurs-erstattungen resultieren.

*Muss ich die vorgegebene Teilnahmebescheinigung der Krankenkassen benutzen? Ja, bitte die Musterteilnahmebescheinigung der Krankenkassen benutzen und keine vereinseigene Bescheinigung, da ansonsten eine Bezuschussung abgelehnt werden kann. Die aktuelle Musterbescheinigung zeugt zusätzlich für die Qualität der Angebote (siehe Anhang).*





**Bereinigen der Daten –  
Ablehnungsbescheide  
vermeiden**

*Wir empfehlen,  
die Daten zu bereinigen,  
indem Sie sich mit der  
ZPP in Verbindung  
(Tel. 0201 5658290) setzen.*



Wir empfehlen daher, diese Daten zu bereinigen, indem Sie sich mit der ZPP in Verbindung setzen (Tel. 0201 5658290) und Folgendes klären:

- Accounts und Administratoren: Verschaffen Sie sich als Erstes einen Überblick darüber, ob Sie einen oder mehrere Zugänge (Accounts) bei der ZPP haben und welche Personen als Zugriffsberechtigte (Administrator) genannt sind. Das sucht der Mitarbeiter der ZPP für Sie heraus.
- Benötigen Sie einen Account bei der ZPP? Haben Sie nur PLUSPUNKT Gesundheit.DTB/ SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote, die im ersten Präventionsprinzip des Handlungsfeldes Bewegungsgewohnheiten angesiedelt sind, dann brauchen Sie keinen Account. Ihre Angebote werden in das gesonderte Verzeichnis für SPORT PRO GESUNDHEIT-Kurse eingespielt. Sie können den Account bzw. die Accounts von der ZPP löschen lassen. Näheres zu den verschiedenen Präventionsprinzipien und Handlungsfeldern finden Sie in der Anlage.
- Sie haben auch Präventions-Angebote im zweiten Präventionsprinzip oder in anderen Handlungsfeldern? Solche Angebote sind z.B. Rückenschule, Beckenbodengymnastik oder Pilates. Andere

Handlungsfelder sind Ernährung, Suchtmittelkonsum und Stressmanagement (Yoga, Qigong, Taijiquan u.a.). Für diese Angebote werden im Leitfaden Prävention höhere Qualifikationen (Berufsbild und Zusatzqualifikation) als eine Übungsleiter-B-Lizenz verlangt. Sie müssen dann die Anerkennung bei der ZPP nach wie vor selbst beantragen. Dazu benötigen Sie einen Account. Die Angebote können von Ihnen auch in ihrem Account gepflegt werden.

- Bereinigung von PLUSPUNKT Gesundheit.DTB/ SPORT PRO GESUNDHEIT-Angeboten in ihrem Account: Wollen Sie einen Account in der ZPP führen, dann sollten Sie diesen auch pflegen. Löschen Sie in ihrem Account alle PLUSPUNKT Gesundheit.DTB/ SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebote, die im gesonderten Verzeichnis stehen, und in ihrem Account als abgelehnt, nicht-prüfbar oder ähnliches stehen! Wenn Sie ein Angebot löschen, geben Sie als Grund an, dass Ihr Angebot als *SPORT PRO GESUNDHEIT-Angebot zertifiziert war*.

## ■ Rehasport und Verfahrenswege

In einem aktuellen Projekt des RTB und WTB mit dem Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW) soll künftig die gegenseitige Anerkennung von ÜL-Qualifizierungen erleichtert und gefördert werden. Durch die intensive Kooperation der drei Verbände werden die gemeinsamen Herausforderungen der Vereine zum Wohle der Gesundheit aller Menschen in NRW besser bewältigt.

Ein wichtiger Schritt in diese Richtung besteht darin, die Durchlässigkeit bestimmter Qualifizierungsmaßnahmen in den Bereichen Prävention und Rehabilitation zu erhöhen und besser abzustimmen.

So haben die beiden Turnerbünde und der BRSNW ihre entsprechenden Ausbildungskonzepte und -inhalte untereinander abgestimmt.

Das bedeutet: Auch im Jahr 2015 können ÜL aus Vereinen von RTB und WTB mit einer RTB/WTB-Lizenz Präventionssport (ÜL-B Sport in der Prävention Haltungs- und Bewegungssystem oder Herz-Kreislauf-System) zu günstigen Konditionen eine Lizenz ÜL-B Rehabilitationssport des BRSNW erwerben. Dabei sind die Ausbildungsinhalte dieser Ausbildungen speziell auf die Vorkenntnisse der RTB/

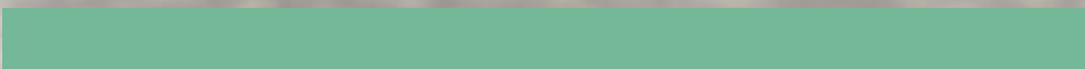
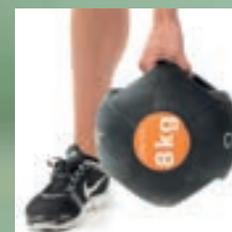
WTB Präventionsübungsleiter abgestimmt worden. Durch das Vorhalten einer Reha-Lizenz und nach Anerkennung als Kostenträger besteht für die Vereine die grundsätzliche Möglichkeit, Reha-Kurse über § 44 SGB IX abrechnen zu können.

Im Gegenzug können die Rehabilitations-sport-Übungsleiter aus den Vereinen des BRSNW, die im Besitz einer Lizenz in den Profilen Orthopädie oder Innere Medizin sind, an den Präventionssport-Ausbildungen der Turnerbünde teilnehmen und eine entsprechende Lizenz Präventionssport des RTB oder WTB erwerben.

Die Erstaussstellung der Präventionslizenzen für ÜL aus Vereinen des BRSNW erfolgt einmalig für vier Jahre. Voraussetzung für eine spätere Verlängerung der Präventionslizenz ist es, dass der entsendende Verein in diesem Zeitraum Präventionsgruppen aufgebaut hat und diese dem RTB/WTB zuordnet und als Mitgliedsverein meldet.

Weiterhin besteht für bestimmte Fortbildungsmaßnahmen die Möglichkeit der gegenseitigen Anerkennung zur Lizenzverlängerung. Bitte erkundigen Sie sich bei den jeweiligen Geschäftsstellen.

*In einem Projekt des RTB und WTB mit dem Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e.V. (BRSNW) soll künftig die gegenseitige Anerkennung von ÜL-Qualifizierungen erleichtert und gefördert werden. Durch die intensive Kooperation der drei Verbände RTB, WTB und BRSNW werden die gemeinsamen Herausforderungen der Vereine zum Wohle der Gesundheit aller Menschen in NRW besser bewältigt.*



**Ansprechpartner**

RTB

Paffrather Straße 133  
51465 Bergisch Gladbach  
www.rtb.de  
info@rtb.de  
02202 20030

Florian Klug

klug@rtb.de

02202 200324

WTB

Zum Schloss Oberwerries  
59073 Hamm  
www.wtb.de  
wtb@wtb.de  
02388 30 00 00

Stephan Gentes

Georgina Smeilus

(Pluspunkt)

gentes@wtb.de

smeilus@wtb.de

02388 3000023

02388 3000029



## ■ Ansprechpartner, Adressen, Materialien und weitere Informationen

### Internetadressen

- www.rtb.de
- www.wtb.de
- www.dtb-online.de
- www.pluspunkt-gesundheit.de
- www.gymwelt.de
- www.dtb-akademie.de
- www.gymcard.de

### Übergreifende Informationen, Broschüren und Materialien zu Sport und Gesundheit

- jährlich erscheinendes Bildungsprogramm des RTB (www.rtb.de)
- jährlich erscheinendes Bildungsprogramm des WTB (www.wtb.de)
- jährlich erscheinendes Aus- und Fortbildungsprogramm der DTB-Akademie NRW www.rtb.de > Qualifizierung > DTB-Akademie www.wtb.de > Bildung > Bildungsprogramme; sowie www.dtb-akademie.de

- Broschüre *Stärkung von psychosozialen Ressourcen im Gesundheitssport* über www.dtb-shop.de
- Broschüre *Physische Ressourcen* über www.dtb-shop.de
- Broschüre *Fit im Alltag*
- Broschüre *Aktiv bis 100*
- Broschüre *Gehirntraining durch Bewegung*
- Broschüre *DTB-Muskelkatalog*
- Broschüre *Core and Stability (Sensomotorisches Training)*
- Pluspunkt Magazin
- Deutsches Turnen (Verbandszeitschrift des Deutschen Turner-Bundes, monatlich)
- Westfalenturner (Verbandszeitschrift des Westfälischen Turnerbundes, monatlich)
- Rheinische Turnzeitung (Verbandszeitschrift des Rheinischen Turnerbundes, monatlich)
- WTB-Newsletter (14-tägig)
- Zeitschrift *Ü* (Meyer & Meyer-Verlag)
- Kursmanuale der standardisierten DTB-Kursprogramme
- monatliches GYMWELT Telegramm per Mail (RTB)



**Antrag auf Bezuschussung des Versicherten,  
Teilnahmebescheinigung und Verpflichtungserklärung des Anbieters  
Individuelle Maßnahmen (Kurse, Seminare) der Primärprävention nach § 20 SGB V**

Der Versicherte füllt Teil 1 „Antrag auf Bezuschussung“ dieses Formulars aus. Der Anbieter füllt Teil 2 „Teilnahmebescheinigung und Verpflichtungserklärung“ aus. Der Versicherte leitet das ausgefüllte Formular an die Krankenkasse weiter.

Vermerke der Krankenkasse:

**Datenschutzhinweis für den Versicherten:** Die Krankenkasse verwendet die hier erhobenen Daten um zu prüfen, ob sie Kosten erstatten kann (§ 284 Abs. 1 Nr. 4 SGB V). Die Daten werden zum Zweck des Nachweises der Teilnahme und der Überweisung des Erstattungsbetrages erhoben, verarbeitet und genutzt. Die Angabe der Daten ist freiwillig. Ohne die Angaben kann eine Überweisung nicht vorgenommen werden (§§ 67 a, b SGB X).

**1. Antrag auf Bezuschussung** (vom Versicherten bzw. dessen gesetzlichem Vertreter in DRUCKBUCHSTABEN auszufüllen)

Name des Versicherten	Vorname	Geburtsdatum	Versicherten-Nr. (s. Krankenversichertenkarte)
-----------------------	---------	--------------	---

Ich beantrage einen Zuschuss zu der Maßnahme

Titel: \_\_\_\_\_

Name und Adresse des Anbieters: \_\_\_\_\_



Ich bestätige, dass ich an der o. g. Maßnahme teilgenommen habe und dass sie vom umseitig genannten Anbieter/ Kursleiter persönlich durchgeführt wurde. Ich füge einen Nachweis (z. B. Original-Quittung oder Kontoauszug) darüber bei, dass ich die Teilnahmegebühr gezahlt habe.

**Bei Angeboten von Einrichtungen, die auch Mitgliedsbeiträge erheben:** Ich bestätige, dass der Zuschuss der Krankenkasse nicht mit aktuellen, früheren oder zukünftigen Mitgliedsbeiträgen verrechnet wird. Die Teilnahmegebühr wird mir nicht als Geld- oder Sachleistung erstattet. Die Teilnahme am Kurs ist nicht an die Bedingung einer derzeitigen oder zukünftigen Mitgliedschaft geknüpft.

Ein zu Unrecht erhaltener Zuschuss ist zurückzuzahlen.

Ich bitte um Überweisung auf mein Konto:

Konto-Nr./IBAN	BLZ/BIC	Bank
----------------	---------	------

Ort	Datum	Unterschrift des Versicherten
-----	-------	-------------------------------

**2. Teilnahmebescheinigung und Verpflichtungserklärung** (vom Anbieter in DRUCKBUCHSTABEN auszufüllen)

Herr/Frau hat an der umseitig genannten Maßnahme

von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_  
(Tag, Monat, Jahr) (Tag, Monat, Jahr)

an von \_\_\_\_\_ Kurseinheiten à \_\_\_\_\_ Minuten Dauer teilgenommen.

Präventionsprinzip/Inhalt: (nur *ein* Präventionsprinzip ankreuzen, dasjenige, auf dem der Schwerpunkt liegt)

- |  |  |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Reduzierung von Bewegungsmangel durch gesundheitssportliche Aktivitäten | <input type="checkbox"/> Vorbeugung/Reduzierung spezieller gesundheitlicher Risiken durch geeignete Bewegungsprogramme |
| <input type="checkbox"/> Vermeidung von Mangel-/Fehlernährung                                    | <input type="checkbox"/> Vermeidung und Reduktion von Übergewicht  |
| <input type="checkbox"/> Förderung von Stressbewältigungskompetenzen                             | <input type="checkbox"/> Förderung von Entspannung   |
| <input type="checkbox"/> Förderung des Nichtrauchens   | <input type="checkbox"/> Gesundheitsgerechter Umgang mit Alkohol/Reduzierung des Alkoholkonsums                        |

Kursleiter

Ggf. weitere Kursleiter

Name

Qualifikation (staatl. anerkannter Berufs-/Studienabschluss)

Zusatzqualifikation (nur Maßnahmebezogene Qualifikation)

Der o. g. Kursleiter hat / die o. g. Kursleiter haben die Maßnahme persönlich durchgeführt.

Die Teilnehmerin/der Teilnehmer hat die Gebühr von € \_\_\_\_\_ entrichtet.

Die Maßnahme wurde von der Krankenkasse als förderfähig anerkannt und nach den Qualitätskriterien des GKV-Leitfadens Prävention in der geltenden Fassung umgesetzt.

Ich versichere, der Steuerpflicht aus den vorgenannten Einnahmen nachzukommen und den Verpflichtungen zur Abführung von Beiträgen zur Sozialversicherung zu entsprechen.

**Bei Angeboten von Einrichtungen, die auch Mitgliedsbeiträge erheben:** Ich bestätige, dass der Zuschuss der Krankenkasse nicht mit aktuellen, früheren oder zukünftigen Mitgliedsbeiträgen verrechnet wird. Die Teilnahmegebühr wird dem Teilnehmer/der Teilnehmerin nicht als Geld- oder Sachleistung erstattet. Die Teilnahme am Kurs ist nicht an die Bedingung einer derzeitigen oder zukünftigen Mitgliedschaft geknüpft.

**Bei wohnortfernen Angeboten:** Ich versichere, dass die Kursgebühr ausschließlich der Bezahlung des genannten Präventionsangebotes dient und es keinerlei Quersubventionierung von Übernachtungs-, Verpflegungs- oder sonstigen Kosten gibt.

**Ich versichere, dass die hier gemachten Angaben der Wahrheit entsprechen.**

Die Krankenkasse hat das Recht, die Einhaltung der Kriterien des GKV-Leitfadens Prävention in der geltenden Fassung auch vor Ort unangemeldet zu überprüfen.

**Ich nehme mögliche rechtliche Folgen von Verstößen gegen den GKV-Leitfaden Prävention zur Kenntnis:**

Sofern ich als Anbieter die mir nach dem GKV-Leitfaden Prävention obliegenden Pflichten nicht erfülle und/oder entgegen dessen Bestimmungen handle, kann von der betroffenen Krankenkasse Abhilfe und/oder Unterlassung verlangt werden. Hierfür setzt die Krankenkasse eine angemessene Frist.

Bei schwerwiegenden oder wiederholten Verstößen kann die betroffene Krankenkasse nach erfolgter Anhörung eine angemessene Strafzahlung bis zu 5.000 EURO festsetzen. Unabhängig davon ist der entstandene Schaden zu ersetzen.

Ich verpflichte mich, den Versicherten insoweit freizustellen und zu Unrecht erhaltene Beträge direkt an die betroffene Krankenkasse zurückzuführen.

Schwerwiegende oder wiederholte Verstöße rechtfertigen ferner den Ausschluss von weiterer Förderung der von mir angebotenen Maßnahmen. Schwerwiegende Verstöße gegen den GKV-Leitfaden Prävention sind insbesondere:

- Nichterfüllung organisatorischer, sächlicher, fachlicher und/oder personeller Voraussetzungen;
- Abrechnung nicht erbrachter Leistungen;
- Nicht fristgerechte Beseitigung von Beanstandungen.

Ort

Datum

Persönliche Unterschrift des Anbieters

# Antrag auf Verleihung des Qualitätssiegels PLUSPUNKT GESUNDHEIT.DTB (SPORT PRO GESUNDHEIT)



Neuantrag oder  Verlängerung

**Titel des Angebotes:** \_\_\_\_\_

- Es handelt sich bei dem Angebot um ein standardisiertes<sup>1</sup> und anerkanntes DTB-Programm oder  
 es handelt sich um ein anderweitig erstelltes Programm. Bitte hierzu die Anlage „Erklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept von Programmen, die nicht vom DTB entwickelt wurden“<sup>2</sup> ausfüllen.

**Name und Anschrift des Vereins, in dem das Angebot durchgeführt werden soll:**

Verein: \_\_\_\_\_ Vereinskennziffer (falls bekannt): \_\_\_\_\_

Straße, Nr.: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Ansprechpartner für Veröffentlichungen (Name, Vorname, Tel., E-Mail): \_\_\_\_\_

**Versandadresse für Pluspunkt-Materialien (werden primär per E-Mail versendet):**

Name: \_\_\_\_\_ E-Mail (**verpflichtend**): \_\_\_\_\_

Straße, Nr.: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

**Übungsort und Übungstermin für das beantragte Angebot:**

Halle/Platz/Trainingsort: \_\_\_\_\_

Straße, Nr.: \_\_\_\_\_ PLZ/Ort: \_\_\_\_\_

Wochentag: \_\_\_\_\_ Uhrzeit: von \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

**Name und Anschrift des Übungsleiters für das beantragte Angebot:**

Name/Vorname: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_ E-Mail (**verpflichtend**): \_\_\_\_\_

**Bezeichnung der Vereinsabteilung, in der das Angebot betreut wird und des Fachverbandes, dem das Angebot/die Abteilung gemeldet ist:**

Abteilung: (z. B. Turnen, Gymwelt, Gymnastik, Fitness- und Gesundheitssport) \_\_\_\_\_

Fachverband: Deutscher Turner-Bund Landesturnverband: \_\_\_\_\_

## Organisationsstruktur

Es handelt sich um ein **Angebot** mit mindestens einer Übungseinheit wöchentlich. Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 20 Teilnehmer (bei Kooperationen mit Krankenkassen maximal 15 Teilnehmer) je Angebotstermin begrenzt.

Kursangebot oder  Dauerangebot

## Zielgruppengerechtes Angebot

Das Angebot berücksichtigt alle physischen Ressourcen gleichermaßen **oder** das Angebot berücksichtigt alle physischen Ressourcen, legt jedoch einen gewissen Schwerpunkt/gewisse Schwerpunkte auf:

Ausdauer  Kraft  Beweglichkeit  Entspannungsfähigkeit  Koordination

Das Angebot richtet sich an folgende Zielgruppe:

Kinder und Jugendliche  Erwachsene  Ältere **und**  Frauen  Männer  Gemischt

<sup>1</sup> Liste unter [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de)

<sup>2</sup> Im Folgenden wird auf die Nennung der weiblichen Schreibweise aus Gründen der Vereinfachung verzichtet. Selbstverständlich sind auch Frauen bei den Erläuterungen mit einbezogen.

## Qualifizierte Leitung

Der Übungsleiter verfügt über eine **Übungsleiterlizenz** „Sport in der Prävention“ auf der 2. Lizenzstufe. Die Lizenz ist gültig bis: \_\_\_\_ . \_\_\_\_ . \_\_\_\_

Wenn der Übungsleiter eine **höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung** absolviert hat, wie z. B. Sportwissenschaftler, Sportlehrer, Sport- und Gymnastiklehrer, Physiotherapeut, Ergotherapeut, Motopäde, dann bitte Nachweis beifügen (Einzelfallprüfung).

## Gesundheits-Check

Allen **Teilnehmern ab dem 18. Lebensjahr** wird vor der Aufnahme des Angebotes ein **Gesundheits-Check<sup>3</sup>** empfohlen. In begründeten Fällen wird eine darüber hinausgehende Untersuchung in Abstimmung mit dem Hausarzt angeraten.

**Teilnehmern ab dem 35. Lebensjahr** wird zusätzlich vor der Aufnahme des Angebotes eine **Gesundheitsvorsorgeuntersuchung** empfohlen. Bei krankhaftem Befund werden darüber hinausgehende Untersuchungen in Abstimmung mit dem Hausarzt angeraten.

Nehmen am Angebot **Kinder und Jugendliche (bis zum 17. Lebensjahr) teil**, wird für Kinder, die vom Schulsport ausgeschlossen sind oder waren, vor der Aufnahme des Angebotes eine Rücksprache mit dem Hausarzt oder ggf. eine Jugenduntersuchung empfohlen.

In begründeten Fällen wird von den Teilnehmern eine **ärztliche Bescheinigung** gefordert.

Aus gesundheitlichen Gründen können Personen von der **Teilnahme ausgeschlossen** werden.

## Begleitendes Qualitätsmanagement

Der Übungsleiter erklärt die grundsätzliche Bereitschaft, an Qualitätszirkeln sowie an weiteren Maßnahmen im Rahmen eines kontinuierlichen Verbesserungsprozesses, wie z. B. einer Teilnehmerbefragung oder einem Audit (Qualitätsbewertung), teilzunehmen.

## Der Verein als Gesundheitspartner

Das Angebot findet im Sportverein oder als Kooperationsveranstaltung in einer anderen „Lebenswelt“ (Setting) wie z. B. Kindergarten, Schule, Betrieb oder Senioreneinrichtung statt.

Der Verein ist bereit, z. B. mit Ärzten, Schulen, Kindergärten, Seniorenorganisationen, Gesundheitsämtern, Krankenkassen und Krankenhäusern zu kooperieren.

Der Verein ist bestrebt, sein gesundheitsorientiertes Selbstverständnis weiter zu entwickeln.

## Allgemeine Vertragsbedingungen

Der Antragsteller ist berechtigt für den Verein einen Antrag zu stellen und bestätigt hiermit, dass der Verein und der Übungsleiter sich verpflichten die Qualitätskriterien für das Qualitätssiegel einzuhalten.

Mit der Unterschrift des Antragstellers, erklären sich Antragsteller und Übungsleiter damit einverstanden, dass die Daten (Angebotstitel, Angebotsort, Vor- und Nachname des Ansprechpartners inklusive der angegebenen Kontaktdaten, Vor- und Nachname des Übungsleiters) zur Öffentlichkeitsarbeit (z. B. im Internet, für Krankenkassen oder Kooperationspartner) weitergegeben werden.

Ort, Datum: \_\_\_\_\_ Vereinsstempel:

Unterschrift (Verein): \_\_\_\_\_

Vorstand vertretungsberechtigt nach § 26 BGB

## Verpflichtende Anlagen

Kopie der **gültigen** Übungsleiterlizenz „Sport in der Prävention“ in der 2. Lizenzstufe oder Nachweis über höherwertige bewegungs- und sportbezogene Berufsausbildung

Bei Durchführung eines standardisierten und anerkannten DTB-Programmes: DTB-Zertifikat zur Einweisung in das Programm

Bei Durchführung eines anderweitig erstellten Rahmenkonzeptes: unterschriebene Bestätigung „Erklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept von Programmen, die nicht vom DTB entwickelt wurden“

Bei Verlängerung: Nachweise über Fortbildungen (15 LE) aus dem Bereich Gesundheitssport, die innerhalb der letzten zwei Jahre absolviert wurden

<sup>3</sup> Der Gesundheits-Check kann unter [www.pluspunkt-gesundheit.de](http://www.pluspunkt-gesundheit.de) | Downloads herunter geladen werden. Der Leiter sollte den Teilnehmenden vor der Aufnahme des Angebotes den Fragebogen zum Gesundheits-Check aushändigen.

## Erklärung des Übungsleiters zum Rahmenkonzept von Programmen, die nicht vom DTB entwickelt wurden



Titel des Angebotes: \_\_\_\_\_  
 Name des Vereins: \_\_\_\_\_  
 Name des Übungsleiters: \_\_\_\_\_

Gesundheitssport besteht aus Angeboten bzw. Programmen die den „Kernzielen“ sowie den Qualitätsanforderungen einer Gesundheitsförderung im Sinne der WHO genügen:

- Stärkung physischer Ressourcen (Fitnessfaktoren) und damit auch
- Vermeidung und Minderung von physischen Belastungssymptomen, insbesondere Risikofaktoren.
- Stärkung psychosozialer Ressourcen (Wissen, Stimmung, Selbstwirksamkeit, Körperkonzept, Integration und Unterstützung) und damit auch
- Bewältigung von psycho-sozialen Belastungssymptomen (bzw. Beschwerden) sowie
- Aufbau eines stabilen Aktivitätsverhaltens (Bindung).
- Entwicklung der Bewegungsverhältnisse (dazu gehört u. a. systematische Programmentwicklung & Evaluation, Übungsleiterausbildung, Aufbau von Vernetzungen und Qualitätszirkel, Schaffung günstiger infrastruktureller Voraussetzungen).

Gesundheitssportangebote richten sich an Neu- und Wiedereinsteiger mit dem Risikofaktor Bewegungsmangel, d.h. Personen mit nur geringer Fitness, Erwachsene/Ältere mit spezifischen gesundheitlichen Problemen (z. B. Rückenschmerzen, Adipositas) oder gesundheitlich besonders gefährdete Kinder und Jugendliche (z. B. mit starkem Übergewicht). Vor diesem Hintergrund sind spezifischere Zielgruppenfestlegungen notwendig (z. B. entsprechend motivationaler Voraussetzungen, soziodemographischer Merkmale, Fitness- und/oder Risikostatus, spezielle Beschwerden).

**Der Übungsleiter erklärt hiermit, dass mit dem von mir durchgeführten Programm bestmöglich gewährleistet ist, dass**

- die physischen Ressourcen (Fitnessfaktoren) Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordinationsfähigkeit und Entspannungsfähigkeit gestärkt werden;
- die psychosozialen Ressourcen gestärkt und Bindung aufgebaut werden, insbesondere:
  - Verbesserung der Einstellung zum eigenen Körper
  - Beeinflussung der Stimmungslage
  - Aufbau sozialer Kontakte, Integration in die Gruppe und Aufbau langfristiger
  - Abbau von Barrieren zum Sporttreiben
  - Wissensvermittlung zu gesundheitssportlicher Aktivität (Inhalte, Methodik und Wirkungen)
  - Anregung zum Transfer in den Alltag
  - Unterstützung bei der Bewältigung von Beschwerden und Missbefinden

**Weitergehend erklärt der Übungsleiter, dass das Angebot auf eine spezifisch benannte Zielgruppe des Gesundheitssports gerichtet und inhaltlich sowie methodisch entsprechend aufgebaut ist.**

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

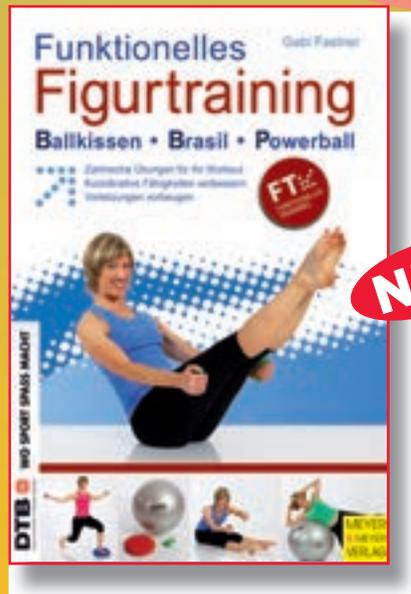
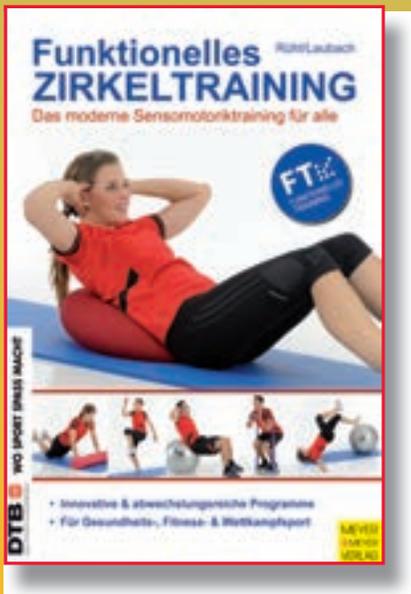
Unterschrift (Antragsteller und/oder Übungsleiter): \_\_\_\_\_



Die Marke für Gesundheit Fitness und Sport

www.togu.de • www.togu.de

Ihr Partner für mehr Gleichgewicht, Kraft und Koordination.



NEU!

NEU!



TOGU GmbH

Atzinger Str. 1 • D-83209 Prien - Bachham • Fon: +49 (0) 80 51 | 90 38 - 0 • www.togu.de • e-mail: info@togu.de

www.togu.de