

Ingolf Böhme  
Schifferstraße 53  
21629 Neu Wulmstorf



Ingolf Böhme . Schifferstraße 53 . 21629 Neu Wulmstorf

Krankenkasse  
Straße  
PLZ Ort

Neu Wulmstorf, den 4. Mai 2012

## Antrag auf Anerkennung von Lauf- und Bewegungskursen zur Primärprävention

Sehr geehrte Damen und Herren,

hiermit beantrage ich im Rahmen der Primärprävention um eine Kostenbezuschussung von Lauftherapie- sowie Nordic-Walking-Kursen.

### Meine Qualifikationen:

Lauftherapeut (DLZ), lizenzierter Nordic Walking Trainer, Übungsleiter Lizenzstufe C des Deutschen Turn- und Sportvereins, Übungsleiter Lizenzstufe B Präventionssport des DTSB.

### Praxiserfahrung:

, Anfänger und Fortgeschrittene. Mitarbeit bei wissenschaftlichen Projekten (wie "Laufen mit älteren Menschen", "Systematische Lauftherapie") sowie bei Projekten wie "Fürs Wohlbefinden sorgen wir selbst" im Deutschen Lauftherapiezentrum in Bad Lippspringe.

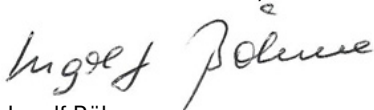
### Meine Angebote:

- **Lauftherapiekurse für Anfänger mit dem Primärziel "ununterbrochenes, langsames Laufen über 30 min.**  
Die Teilnehmer/innen erlangen nach 20 Übungseinheiten (die innerhalb von 10 Wochen absolviert werden) eine Basisfitness, regelmäßige Teilnahme vorausgesetzt. Sie verbessern in der Regel ihren Fitnessgrad (Cooper-Test in der adaptierten Version nach Prof. A. Weber) um ein bis drei Stufen. Mit der verbesserten Fitness korreliert positiv das seelische Wohlbefinden. Dieser zügelfache, nachgewiesene wissenschaftliche Befund zeigte sich auch bei allen Kursteilnehmern, die ich bisher betreut habe.
- **Bewegungskurse für übergewichtige Personen.**  
Hier geht es in erster Linie darum, Personen, die ernsthaft gewillt sind ihr Gewicht signifikant und nachhaltig zu reduzieren, bei ihren Bemühungen durch sanftes Bewegungsprogramm (Gehen, schnelles Gehen, langsames Laufen, ausdauerndes forciertes Wandern, aerobe Übungen) zu unterstützen.

Ich bitte darum, den Teilnehmerinnen und Teilnehmern meiner Kurse, die gleichzeitig Mitglieder Ihrer Krankenkasse sind, die Kursgebühren ganz oder teilweise zu erstatten.

Die Kurskosten für einen 10-wöchigen Bewegungskurs betragen pro Teilnehmer derzeit 110,00 Euro.

Mit freundlichen Grüßen,

  
Ingolf Böhme

**Ingolf Böhme**  
Diplom-Lauftherapeut  
Schifferstraße 53 Tel. 040-7013580  
21629 Neu Wulmstorf



## HANSEATISCHE KRANKENKASSE



HEK - Hanseatische Krankenkasse - Postfach 70 08 60 - 22008 Hamburg

Herrn  
Ingolf Böhme  
Schifferstrasse 53  
21629 Neu Wulmstorf

### HEK - Sofortservice

Wandsbeker Zollstraße 86 - 90 - 22041 Hamburg

Es berät Sie Birthe Michalak  
Telefon-Durchwahl 0 40 / 6 56 96 - 22 58  
Telefax 0 40 / 6 56 96 - 26 27

E-Mail: [birthe.michalak@hek.de](mailto:birthe.michalak@hek.de)  
Internet: [www.hek.de](http://www.hek.de)

**HEK-Team Direkt 0 18 01 / 213 213** (3,9 Ct./Min. aus dem dt.Festnetz  
/ maximal 42 Ct./Min. aus den Mobilfunknetzen)  
**0 40 / 6 56 96 - 1000** (für Flatrate-Kunden)

Datum 03.08.2010

### Kurse: Lauftherapie, Nordic Walking Kursleiter: Ingolf Böhme

Sehr geehrter Herr Böhme,

Ihr oben genannter Kurs erfüllt die im „Leitfaden Prävention“ der Spitzenverbände der Krankenkassen geforderten Voraussetzungen für die Anerkennung als Präventionsleistung und kann somit von uns bezuschusst werden. Diese Anerkennung gilt nur für Sie als Kursleiter.

Die Kostenbeteiligung der HEK beträgt 80 Prozent der Kursgebühr, jedoch maximal 75 Euro. Voraussetzung für die Zahlung des Zuschusses ist eine Teilnahme an mindestens 80 Prozent der vorgesehenen Kurseinheiten. Der Zuschuss kann einmal im Kalenderjahr gezahlt werden.

Bitte stellen Sie den Kursteilnehmern nach Abschluss des Kurses eine Quittung sowie eine Teilnahmebescheinigung aus. Ein Muster ist beigelegt.

Wir haben Ihr Angebot in unser Kursverzeichnis aufgenommen.

Mit freundlichem Gruß

Ihre

**HEK – Hanseatische Krankenkasse**

Birthe Michalak

Anlage/n



Unternehmen Leben

DAK, 22788 Hamburg

Herr  
Ingolf Böhme  
Schifferstr. 53  
21629 Neu Wulmstorf

**Postanschrift** DAK  
22788 Hamburg  
**Telekontakt** Telefon: 040 85401730  
24 Stunden an 365 Tagen  
Telefax: 040 8540173-7120  
E-Mail: service715600@dak.de  
**Internet** www.dak.de  
**persönlicher Kontakt** Schloßmühlendamm 8-10  
21073 Hamburg  
**Mo - Mi** 08:00 - 16:00 Uhr  
**Do** 08:00 - 17:00 Uhr  
**Fr** 08:00 - 13:00 Uhr

**unser Zeichen** 093 177 475 000-710140-96000-He  
**IK** 101567278  
**Datum** 08.02.2011

## Zusage zur Kostenbeteiligung nach § 20 Sozialgesetzbuch (SGB) V

Sehr geehrter Herr Böhme,

vielen Dank für die Unterlagen über Ihr Angebot zur primären Prävention. Wir freuen uns über Ihr Interesse an einer Zusammenarbeit.

Ein wichtiges Ziel der Angebote im Rahmen der Prävention nach § 20 SGB V ist es, den Teilnehmern ein methodisch/didaktisch gutes Angebot unter fachlich qualifizierter Leitung zu bieten. Damit soll eine optimale Förderung durch den Kurs bzw. die Beratung sichergestellt werden.

Wir haben Ihre Unterlagen geprüft und freuen uns, dass die geforderten Kriterien für folgendes Angebot erfüllt sind:

Thema: Nordic Walking/Laufkurs für Anfänger  
Leitung: Ingolf Böhme, Diplom-Lauftherapeut  
Übungsleiter DOSB Sport in der Prävention

Für das vorliegende Angebot übernehmen wir anteilig die Kosten für unsere Kunden, sofern keine Änderungen am vorliegenden Kursangebot (z. B. Kursleitung, Kurskonzept) vorgenommen werden. Ihr Angebot erfassen wir in unserer Präventions-Anbieter-Datenbank und stellen es auf Wunsch unseren Kunden zur Verfügung. Gesetzliche Änderungen oder Anpassungen der Kriterien im GKV-Leitfaden Prävention können zu einer Rücknahme der Kostenbeteiligung führen. Die Zusage befristen wir auf drei Jahre.

Beachten Sie bitte, dass Maßnahmen zu Primärprävention kein Ersatz für eine Therapie sind. In diesem Fall können keine Kosten für unsere Kunden übernommen werden. Bitte weisen Sie unsere Kunden darauf hin, sich **vor** Teilnahmebeginn zu erkundigen, ob ein Anspruch auf eine anteilige Kostenerstattung besteht.

Nachdem die von Ihnen ausgefüllte Teilnahmebescheinigung und der Zahlungsnachweis bei uns eingereicht wurden, überweisen wir den Zuschuss an unsere Kunden.

Haben Sie Fragen? Rufen Sie uns an – wir sind für Sie da.

Mit freundlichem Gruß

Ihre DAK - Unternehmen Leben

**Anlage**  
Teilnahmebescheinigung (Muster)