

General-Anzeiger - erschienen am 19. März 2008

Fitnesskurse

Bonn (SF/JW).- Im März starten in ca. 20 Sportstätten in und um Bonn die neuen Kurse im Bereich der Primärprävention des Vereins für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg. Das abwechslungsreiche Kursangebot umfasst Herz-Kreislauf-Kurse wie Aquajogging oder Aqua-Power, Kurse, die das Muskel-Skelett-System stärken, wie „Rücken-Fitness im Wasser“ und an Land sowie Entspannungskurse, darunter „Qigong“ und „Autogenes Training“. Beim vfb findet also jeder Teilnehmer, egal welchen Alters oder Fitness-Standes, das passende Training, um sich auf den Sommer vorzubereiten. Die Krankenkassen übernehmen bei regelmäßiger Teilnahme bis zu 80 Prozent der Kursgebühr. Die Angebotsbroschüren für das Präventions-sportprogramm sowie weitere Informationen zum Sportprogrammen erhalten Sie in der Geschäftsstelle des vfb, Hans-Böckler-Str. 16, 53225 Bonn, Tel. : 0228-40367-19 oder unter www.vfb-bonn.de.