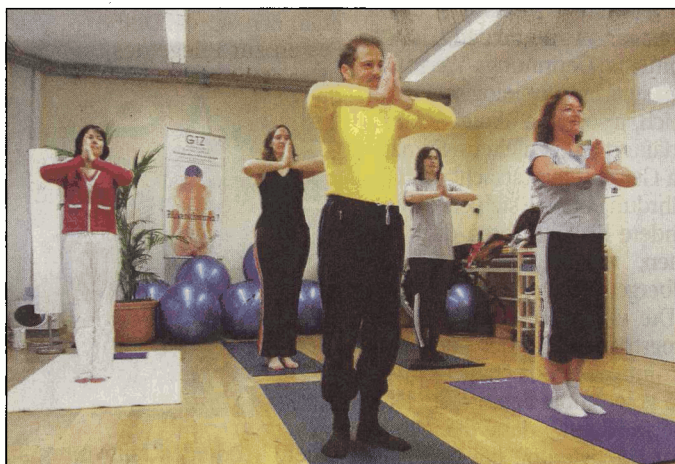


Schaufenster Bonn - erschienen am 03.04.2008

Jetzt anmelden für die neuen Kurse des vfb

Aquajogging, Rücken-Fitness im Wasser, Quigong und viele weitere Angebote...

REGION. (EB) Ab sofort starten in rund 20 Sportstätten in und um Bonn die neuen Kurse im Bereich der Primärprävention des Vereins für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg (vfb). Das abwechslungsreiche Kursangebot umfasst Herzkreislauf-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.



Alle Präventionsportkurse des vfb werden von erfahrenen und qualifizierten Sportlehrern geleitet. Sie sind mit dem Gütesiegel „Sport-pro-Gesundheit“ des LandesSport-Bundes NRW ausgezeichnet und werden deshalb von allen

gesetzlichen Krankenkassen anerkannt. Die Krankenkassen übernehmen bei regelmäßiger Teilnahme bis zu 80 Prozent der Kursgebühr. Die Kurse umfassen in der Regel zehn bis zwölf Übungseinheiten. Zudem bieten einige Krankenkassen die Möglichkeit, Bonuspunkte zu sammeln. Die Angebotsbroschüren für das Präventions-sportprogramm sowie weitere Informationen zu den Sportprogrammen erhalten Sie in der Geschäftsstelle des vfb, Hans-Böckler-Str. 16, 53225 Bonn, Tel.: 02 28/ 40 367-19 (Ansprechpartnerin: Natascha Naumann) oder im Internet unter www.vfb-bonn.de.