

Generalanzeiger, erschienen am 17. September 2009

Fit in den Winter

Neue Kurse beim Verein für Behindertensport

BONN. „Gesund und fit durch die kalte Jahreszeit“. Unter diesem Motto steht das Gesundheits-sportangebot des Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg (vfb), das am Montag, 26. Oktober startet.

Angeboten werden fast 50 Kurse für alle, die ihre Abwehrkräfte stärken wollen. Das Programm reicht von autogenem Training über Ausdauerkurse bis hin zu Aqua-Jogging. Die gesetzlichen Krankenkasse können bei regelmäßiger Teilnahme 80 Prozent der Kosten erstatten. Bei den nicht erstattungsfähigen Kursen wird unter anderem Schwimmen und Aerobic angeboten. bop

Weitere Informationen zum Programm gibt es im Internet unter www.vfb-bonn.de oder ☎ 0228/4 03 67 19.