

## HARDTBERG und Stadtteile

[hardtberg@ga-bonn.de](mailto:hardtberg@ga-bonn.de)

### Neue Kraft mit VfB-Training

**BONN-ZENTRUM.** Für das erste Halbjahr bietet der Verein für Behindertensport 30 neue Kurse für Nichtbehinderte. In den Kursen sollen das Herz-Kreislauf-System trainiert und der Haltungs- und Bewegungsapparat aufgebaut werden. Neben Wassertraining zur Stärkung des Körpers und der Wirbelsäulen gibt es Trendkurse wie Hatha Yoga und Latino Fever im Angebot. Die acht- bis zehnstündigen Kurse beginnen am Montag, 8. Januar, und finden im gesamten Bonner Stadtgebiet statt. Zum Teil erstatten die Krankenkassen die Kursgebühren. Weitere Informationen und Anmeldung unter ☎ 0228/40 36 70 oder unter [www.vfb-bonn.de](http://www.vfb-bonn.de). hfa