

Generalanzeiger, erschienen am 5. August 2009

Sportkurse zur Prävention

BEUEL-MITTE. Den inneren Schweinehund zu überwinden ist oft schwer, Hilfe versprechen die Gruppenkurse des Vereins für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg (vfb), die ab Montag, 17. August, beginnen. Fast 50 Gesundheitsportkurse werden angeboten.

Mit im Programm sind altbewährte Kurse wie Autogenes Training, Rückenfitness und Aqua-Jogging. Neu im Angebot ist „Man-Power“-Fitness und Cardio-Fitness für das Herz-Kreislauf-System. Die Kursgebühren kön-

nen zum Teil von der gesetzlichen Krankenkasse übernommen werden. Bei regelmäßiger Teilnahme sind 80-prozentige Rückerstattungen der Kursgebühren möglich. Unter den nicht erstattungsfähigen Kursen wird unter anderem Schwimmen für Kinder und Erwachsene und Zen-Meditation angeboten. bop

Anmeldung und weitere Information unter ☎ 0228/40 36 71 9 oder im Internet unter www.vfb-bonn.de.