

Etwas Bewegen

mit dem vfb



Herzsport im Wasser

in Kooperation mit der Kaiser-Karl-Klinik

Herzsport im Wasser zur Verbesserung von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination!

Das gezielte und individuell abgestimmte Training im Wasser wird von Diplom-Sportlehrern geleitet und findet unter ärztlicher Anwesenheit und Einsatz spezieller Messverfahren statt. Lernen Sie die positiven Eigenschaften des Wassers kennen. Erleben auch Sie als Herzpatient die angenehme Entlastung des Bewegungsapparates durch den Auftrieb, die muskuläre Entspannung aufgrund der Wassertemperatur und die positive Wirkung des Wasserwiderstandes bei dosierten Kräftigungsübungen. Kleine Spiele und Entspannungsübungen runden dieses Angebot ab und garantieren viel Spaß in der Gruppe.

Ort:	Schwimmbad der Kaiser-Karl-Klinik Graurheindorfer Straße 137 53117 Bonn
Beginn:	26.02.2008
Zeit:	Donnerstags, 20:30 - 21:30
Kosten:	150,- € / Jahr
Leitung:	NN
Voraussetzung:	Unbedenklichkeitsbescheinigung Ihres Arztes!

Kostenfreie Schnupperstunde am 26.02.2008
(nach Karneval)!



vfb - Bonn / Rhein-Sieg e.V.
Hans-Böckler-Straße 16
53225 Bonn

tel 0228 - 40 36 7-0 ♦ fax 0228 - 46 33 78
www.vfb-bonn.de

bitte wenden 

Teilnahmemodalitäten

Der Beitrag setzt sich zusammen aus:

a.) **Grundbeitrag (70 €/Jahr)**

- ist für alle Mitglieder gleich und unabhängig von der Gruppe, an der Sie teilnehmen
- deckt die fixen Kosten des Vereins sowie die Beratung und Information
- vermindert sich für Bonn-Ausweis-Inhaber (0,00 €); Familien/Partner (der Zweite zahlt 50%, der Dritte etc. 0,00 €)
- ist nicht erstattungsfähig bei Kündigung
- wird jährlich gezahlt

b.) **Gruppenpauschale (80 € /Jahr)**

- garantiert einen Platz in der Gruppe
- berücksichtigt die unterschiedlichen Kostenstrukturen, die durch die Mietkosten von Räumlichkeiten, Länge der Veranstaltung, Kosten für zusätzliche notwendige Betreuung entstehen
- bei Nutzung einer zweiten Gruppe wird die kostengünstigere um 50% reduziert

c.) **Teilnahmepauschale (75 €/Halbjahr)**

- entfällt bei Vorlage einer Kostenübernahme für Rehasport durch die Krankenkasse (mindestens 5 Einheiten pro Gruppe müssen zum 1.1. oder 1.7. des Jahres noch zur Verfügung stehen)
- bei Nutzung einer zweiten Gruppe wird die kostengünstigere um 50% reduziert
- ersetzt die private Abrechnung der Einzelstunden
- gilt für alle Mitglieder, die keine Kostenübernahme für den Rehabilitationssport vorlegen können, sowie für alle Privatpatienten.

Die Zahlung der Gruppenpauschale und der Teilnahmepauschale berechtigt zur Teilnahme an einem qualitätsüberprüften und von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannten Präventionsangebot des vfb pro Halbjahr mit min. 10 Einheiten. Bei regelmäßiger Teilnahme (mind. 8x) erstatten die Krankenkassen i.d.R. 80 % des Betrages.

Beispiel :

Herzsport im Wasser	Mit Kostenübernahme Rehabilitation
Donnerstags, 20:30 - 21:30 h	70 € + 80 € = 150,- €

Für Personen, die Arbeitslosengeld II beziehen, einen Bonn-Ausweis haben oder ca. 30% über der Einkommensgrenze für einen Bonn-Ausweis liegen, entfällt der Grundbeitrag von 70 €.

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne unter der Nummer 0228 - 40 36 7 - 0 zur Verfügung.