

Schaufenster, erschienen am 06. August 2008

Neue Kurse beim vfb

BONN. (kou) Am 11. August starten die neuen Kursangebote des Vereins für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg (vfb): Sie richten sich an Menschen, die mit regelmäßigem Sport Erkrankungen vorbeugen wollen. Neben Altbekanntem wie Rücken-Fitness, Ausdauertraining oder Aqua-Jogging gibt es einige neue Kurse wie Autogenes Training, Entspannungstraining mit Progressiver Muskelentspannung, oder Rücken-Power zu entdecken. Speziell für Senioren ist außerdem der Kurs „Fit im Alter“.

Die Krankenkassen übernehmen bei regelmäßiger Teilnahme bis zu 80 Prozent der Kursgebühr. Das aktuelle Kursheft und Infos zur Anmeldung gibt es in der Geschäftsstelle des vfb in Bonn-Beuel, Hans-Böckler-Str. 16, sowie unter Tel.: 02 28/ 40 36 70 und unter www.vfb-bonn.de im Internet.