

---

**Schaufenster Bonn, erschienen am 12. Dezember 2007**

## **Der vfb hilft, gute Vorsätze zu realisieren!**

**Bonn (SF/JW).**- Im Januar starten in ca. 20 Sportstätten in und um Bonn die neuen Kurse im Bereich der Primärprävention des Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg (vfb). Das abwechslungsreiche Kursangebot umfasst Aquajogging, Hatha Yoga, Rücken-Fitness-Kurse im Wasser und an Land sowie Entspannungskurse wie "Qigong" oder "Autogenes Training". Beim vfb findet also jeder Teilnehmer, egal welchen Alters oder Fitness-Standes, den passenden Ausgleich. Und gemeinsam in einer Gruppe ist es doch viel leichter die guten Vorsätze auch einzuhalten. Alle Präventionsportkurse, die der vfb anbietet, werden von erfahrenen und qualifizierten Sportlehrern geleitet und von allen gesetzlichen Krankenkassen anerkannt. Die Krankenkassen übernehmen deshalb bei regelmäßiger Teilnahme bis zu 80 Prozent der Kursgebühr. Die Kurse umfassen in der Regel acht bis neun Stunden.

Die Angebotsbroschüren für das Präventionssportprogramm sowie weitere Informationen zu den Sportprogrammen erhalten Sie in der Geschäftsstelle des vfb, Hans-Böckler-Str. 16, 53225 Bonn, Tel. : 0228-40367-19 oder unter [www.vfb-bonn.de](http://www.vfb-bonn.de).