

Schaufenster, erschienen am 15.10.2008

Neue Kurse des vfb im Oktober

BONN. (kou) Am Montag, 27. Oktober, starten erneut die zahlreichen Präventionssportangebote des Vereins für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg (vfb) für jedermann. Sie richten sich an alle, die mit regelmäßigem Sport Erkrankungen vorbeugen wollen. Neben Herz-Kreislauf-Training und Training für das Muskel-Skelett-System in der Halle oder im Wasser gibt es auch ein großes Angebot an Entspannungskursen zu entdecken, wie zum Beispiel Autogenes Training, Body & Mind Balance, Progressive Muskelrelaxation, Hatha-Yoga und Qigong. Alle Präventionssportkurse des vfb werden in regelmäßigen Abständen in einem sehr strengen Qualitätsverfahren von den gesetzlichen Krankenkassen geprüft und darüber hinaus über das Gütesiegel „Sport-pro-Gesundheit“ des Landes-SportBundes anerkannt. Gesetzlich versicherte Teilnehmer erhalten daher nicht nur eine kompetente und qualitativ hochwertige Gesundheitsförderung, sondern werden bei einer regelmäßigen Teilnahme auch noch durch eine 80-prozentige Erstattung der Kursgebühren und individuelle Bonuspunkte von der jeweiligen gesetzlichen Krankenkasse belohnt.

Infos: Geschäftsstelle des vfb,
Hans-Böckler-Straße 16, 53225
Bonn, Tel.: 0 22 8/ 40 367 -19
oder unter www.vfb-bonn.de.