

Gesundheits- / Rehasport

Der Bereich Gesundheits- und Rehabilitationssport umfasst im VTB folgende Angebote:

- ? Lungensportgruppe "Luftikuss"
 - ? Reha-Sport für Erwachsene
 - ? Reha-Sport - Geistige Behinderung
 - ? Reha-Sport (im Wasser) - Geistige Behinderung
 - ? Fit für mich
 - ? Turnen der Älteren
 - ? Wege zur Entspannung
 - ? Yoga
 - ? Qigong
-



Der Vareler Turnerbund von 1861 e. V. erfüllt hierbei die Qualitätsanforderungen gemäß der Rahmenbedingungen "Pluspunkt Gesundheit" und Sport pro Gesundheit" für die Gruppen:

? Lungensport *

? Reha-Sport für Erwachsene *

? Fit für mich

? Turnen der Älteren

? Wege zur Entspannung

Dafür wurden vom DTB/NTB bzw. DOSB/LSB und vom BSN jeweils die Gütesiegel (siehe oben) verliehen. Das bedeutet, dass die o. g. Angebote von besonders qualifizierten Übungsleitern bzw. Übungsleiterinnen geführt werden. Ausführliche Einzelheiten erfahren Sie unter [Sport pro Gesundheit.de/](https://www.sport-pro-gesundheit.de/)

*** Hinweis: Eine Teilnahme am Lungensport bzw. Reha-Sport ist mit einer ärztlichen Verordnung möglich und grundsätzlich beitragsfrei.**

Wir empfehlen jedoch eine freiwillige Mitgliedschaft,

bei der in diesem Fall ein besonders ermäßigter Beitragssatz (3,- € pro Monat) erhoben wird.