

## 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.**