



Pluspunkt Gesundheit DTB

Sport macht einfach Spaß, sorgt für Gemeinschaft und tut gut. Daher ist er ein idealer Botschafter für das Thema Gesundheit: Wer regelmäßig sportlich aktiv ist, bei dem zeigen sich schnell positive Auswirkungen im Herz-Kreislauf-System, Muskelaufbau, aber auch in psychischer Hinsicht, etwa bei Stressbewältigung und Entspannung.

Gesundheitssport ist im letzten Jahrzehnt zu einem der bedeutendsten Sektoren des Vereinssports herangewachsen und gehört auch im Deutschen Turnbund (DTB) und seinen Vereinen zu den stärksten Wachstumsfeldern.

Auch der TV Eisenbach ist hier vorbildlich unterwegs. Denn gleich 2 Übungsleiterinnen besitzen die Auszeichnung des „Pluspunkt Gesundheit DTB“:

Elke Rumpf, seit mehr als 6 Jahren und Petra Stickel seit nun 4 Jahren sind im Besitz dieses Gütesiegels und bereichern den Verein mit ihren qualifizierten Angeboten von Fitnessgymnastik-Frauen, über Fitnessgymnastik für Wintersportler, Fitness-Mix 40 plus, Gymnastik für Männer, Pilates-Kurse sowie den Wirbelsäulen-Gymnastikkurse.

Interessant ist, dass diese qualitätsgeprüften Gesundheitsangebote von den Krankenkassen honoriert werden. Der Teilnehmer kann, je nach Krankenkasse, sowohl durch eine Rückerstattung der Teilnahmegebühr, als auch durch Bonuspunkte profitieren.

So haben im Jahr 2009 rund 100 Teilnehmern von diesen Angeboten Gebrauch gemacht.

Möchten auch Sie mehr für Ihre Gesundheit tun, dann schauen Sie doch einfach mal bei den genannten Angeboten vorbei!