



# Reha-Sport beim TB

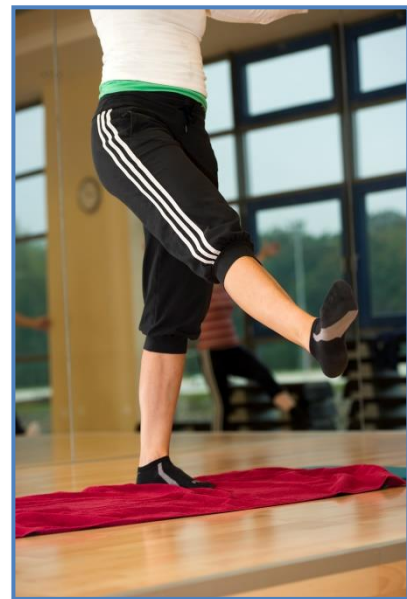


## NEU: Reha - Sport für Jugendliche von 10 – 16 Jahre!!!

Nach den Sommerferien beginnt beim Turnerbund Burgsteinfurt ein neuer Reha-Kurs, der sich an Kinder- und Jugendliche im Alter von 10 - 16 Jahren richtet und immer freitags von 17:00 – 18:00 Uhr stattfindet. Mit Ramtin Rad konnte ein junger Mann für dieses Angebot gewonnen werden, der über umfangreiche Erfahrung als B-Trainer Orthopädie verfügt.

Oft genug sind bereits vor oder während der Pubertät Fehlhaltungen und Schmerzen am Bewegungsapparat zu beobachten. Mit gezielten Übungen können die Teilnehmer dem entgegenwirken. Sie erhalten praktische Tipps für den Alltag, stärken die eigene Verantwortung für ihre Gesunderhaltung und sollen nachhaltig Spaß an der Bewegung gewinnen. Ziel ist es Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit aufzubauen.

Für Teilnehmer mit einer ärztlichen Verordnung entstehen keine Kosten und es ist keine Mitgliedschaft im Verein erforderlich. Die Teilnahme ohne Verordnung ist auf Nachfrage in der Geschäftsstelle möglich.



### Alle Angebote des TBs im Bereich REHA auf einen Blick:

Gruppe	Tag	Uhrzeit	ÜL	Ort
Orthopädie	Montag	09:00-10:00	Heike Thedieck	Villa TB
Orthopädie	Montag	18:00-18:45	Petra Günther	Fit In
Camphill	Dienstag	17:15-18:15	Heike Thedieck	Villa TB
Orthopädie	Dienstag	18:45-19:45	Heike Thedieck	Villa TB
Orthopädie	Mittwoch	09:00-10:00	Wolfmar Joppich	Villa TB
Lungenerkrankung	Donnerstag	10:00-11:00	Werner Schwalb	Villa TB
Orthop. 10-15 J	Freitag	17:00-18:00	Ramtin Rad	Villa TV

**Die Angebote sind fortlaufend. Ein Einstieg ist jederzeit möglich!**

Turnerbund Burgsteinfurt 1862 e. V., Wettringer Straße 6, 48565 Steinfurt  
Tel.: 02551 7632, E-Mail: [tb.burgsteinfurt@t-online.de](mailto:tb.burgsteinfurt@t-online.de)

[www.tb-burgsteinfurt.de](http://www.tb-burgsteinfurt.de)