

INI-Vereine starten in den Winter / Einheitliches Vorgehen bei über 350 verschiedenen Angeboten

## Neue Kurse sind angelaufen

**Karlsruhe** (pm). Die wichtigste Aufgabe der Vereinsinitiative Gesundheitssport ist die Verbesserung des Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung, was Prävention, aber auch Rehabilitation betrifft. In der Vorsorge, wie in der Nachsorge besteht in Karlsruhe ein flächendeckendes Gesundheitssportangebot – unabhängig davon, ob jemand Mitglied eines Sportvereines ist oder nicht.

Zu den Präventionsangeboten gehören Entspannung und Stressbewältigung, Muskel-Skelett-System, Herz-Kreislauf-System und Allgemeine Prävention. Im Rehabereich bieten die INI-Mitgliedervereine Herzsport, Diabetessport, Gefäßsport, Lungensport, Neuro-



**Sowohl in der Vor- als auch in der Nachsorge gibt es in Karlsruhe ein flächendeckendes Angebot.**

**Foto: pr**

sport, Orthopädie, Osteoporose-sport und Sport nach Krebs.

Bei der Durchführung der unterschiedlichen Sportangebote gehen alle Vereine einheitlich vor. Die Übungsleiter müssen dabei eine Zusatzqualifikation für den Bereich Gesundheitssport nachweisen. Insgesamt finden sich über 350 Angebote in den Bereichen Prävention, Rehabilitation und Behindertensport in der Broschüre „Gesundheitssport 2016“ – darunter zahlreiche, die im Herbst starten oder gestartet sind.

Die Broschüre ist an den Rathauspforten, bei vielen Ärzten und Apotheken oder unter der Telefonnummer (07 21) 49 67 89 erhältlich.