

## Alle Angaben bitte in Druckschrift.

Hiermit melde ich mich verbindlich an und akzeptiere die Anmeldebedingungen des **vflb**.

Kurs-Nr.:

Kursname:

Name:

Vorname:

Geb.-Datum:

Krankenkasse:

Straße/Hausnr.:

PLZ/Ort:

Telefon:

Email:

## Kontoverbindung

(kein Lastschriftauftrag

- nur für den Fall einer Rückerstattung!)

Geldinstitut:

Inhaber:

IBAN:

BIC:

Datum und Unterschrift:

Mir ist bekannt, dass die mich betreffenden Daten in dem Verein erhoben, gespeichert und verarbeitet werden, da bzw. soweit sie für die Betreuung, Verwaltung des Kurses, Erfüllung der Förderkriterien der Krankenkassen und Verfolgung der Vereinsziele erforderlich sind.

Datum und Unterschrift:

## 1. Anmeldung

Die Anmeldung zu den Kursen erfolgt schriftlich (postalisch oder per Fax): Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V., Hans-Böckler-Str. 16, 53225 Bonn, Fax (0228) 40 36 7 18 oder über das Internet: [www.gesundheitssport-bonn.de](http://www.gesundheitssport-bonn.de). Mit der schriftlichen Anmeldung erkennen Sie die Anmeldebedingungen des **vflb** als verbindlich an.

*Es erfolgt keine schriftliche Bestätigung. Wir benachrichtigen Sie, falls eine Veranstaltung belegt ist oder ausfällt.*

## 2. Kursgebühr

Die Kursgebühr ist unmittelbar nach erfolgter Anmeldung auf das Konto **IBAN: DE 58 370 501 980 000 450 809, BIC: COLSDE33XXX** bei der Sparkasse KölnBonn unter der Angabe der Kursnummer und des Kursnamens zu überweisen oder bar in der Geschäftsstelle des **vflb** zu entrichten.

## 3. Teilnehmerzahl

Der Veranstalter behält sich vor, bei zu geringer Teilnehmerzahl Kurse ersatzlos zu streichen. Bereits bezahlte Kursgebühren werden erstattet.

## 4. Wartelisten

Bei erhöhter Nachfrage nach einem Kurs besteht die Möglichkeit über eine Warteliste bis zum Kursbeginn nachzurücken. Ein Rechtsanspruch zur Teilnahme ergibt sich aus der Aufnahme in die Warteliste nicht.

## 5. Rücktritt

Ein Rücktritt kann bis zwei Wochen vor Kursbeginn ohne Angabe von Gründen oder mit ärztlichem Attest bis Kursbeginn schriftlich an die Geschäftsstelle erfolgen. Bezahlte Kursgebühren werden erstattet. Erstattungen aus anderen Gründen oder nach Kursbeginn sind nicht möglich. Erfolgt kein schriftlicher Rücktritt bis Kursbeginn wird auch bei Nichtteilnahme die Kursgebühr fällig.

## 6. Teilnahmebestätigung

Im Anschluss an jeden Kurs wird allen gesetzlich versicherten Teilnehmern bei regelmäßiger Teilnahme (80%) ab drei Wochen nach Kursende eine schriftliche Bestätigung zur Abrechnung mit den Krankenkassen zugeschiedt.

## 7. Rücksprache mit dem Arzt

Es wird empfohlen, insbesondere bei längerer Sportpause oder Erkrankung im Vorfeld des Kursbesuches, Rücksprache mit dem Hausarzt zu halten.

## 8. Ferien und Feiertage

Während der Schulferien und an gesetzlichen Feiertagen des Landes NRW finden i.d.R. keine Kurse statt. In Ausnahmefällen werden die Teilnehmer rechtzeitig informiert.

## 9. Kursinformation

Bei Angabe Ihrer E-Mail-Adresse bieten wir Ihnen die Möglichkeit, Sie regelmäßig online über unser aktuelles Gesundheitssportprogramm und Änderungen zu Ihrem Kurs zu informieren. Wenn Sie unsere Online-Kursankündigungen nicht mehr beziehen möchten, ist dies über eine einfache E-Mail-Abmeldung möglich.

## Allgemeine Informationen zu Präventionssportprogrammen nach §§ 20 und 20a SGB V

Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen haben die Möglichkeit finanziell unterstützt in der Regel (i.d.R.) pro Jahr ein bis zwei Kurse aus den unten aufgeführten unterschiedlichen Handlungsfeldern wahrzunehmen. Zur Zeit bietet der **vflb** rund 130 dieser Kurse pro Jahr an. Diese Angebote beziehen sich auf folgende Handlungsfelder des Präventionsleitfadens im Sinne der §§ 20 und 20a SGB V.

### Diese Präventionsangebote werden von den gesetzlichen Krankenkassen gefördert:

1. Handlungsfeld: Bewegungsgewohnheiten (z.B. Aquatraining, Rückenfitness usw.)
2. Handlungsfeld: Stressreduktion/Entspannung (z.B. Yoga, Qigong, Autogenes Training usw.)
3. Ernährung
4. Genuss- und Suchtmittelkonsum

Aufgrund der sich stetig verändernden Strukturen im Gesundheitssystem stellen sich die Förderkriterien der GKV sehr vielschichtig dar und unterliegen häufig kurzfristigen und teilweise auch rückwirkenden Veränderungen.

Wir raten Ihnen daher dringend vor jedem Präventionskurs bei Ihrer Krankenkasse in Erfahrung zu bringen, wie die aktuellen Förderkriterien lauten. Sie sollten bei der Beratung erfragen:

- wieviele Kurse Sie aus welchen Handlungsfeldern pro Kalenderjahr finanziell unterstützt bekommen,
- wie hoch die Refinanzierungssumme ist, bzw. wieviel Prozent Sie von der Kursgebühr erstattet bekommen,
- werden Auffrischkurse im Folgejahr ebenfalls bezuschusst und wenn ja,
- ob dies unbegrenzt oder einmalig ist.

### Das sind die Vorteile für den Kursteilnehmer:

Die gesetzlichen Krankenkassen können jedes Mitglied bei einer regelmäßigen Teilnahme (d.h. mind. 80% Anwesenheit der Gesamtkursstunden) unterstützen. Bis zu 80% der Kursgebühr oder i.d.R. max. 75 Euro kann die Kasse erstatten. Voraussetzung ist, dass die Krankenversicherer das ausgewählte Präventionssportangebot unterstützen.

Unsere 8 bis 12-stündigen Kurse werden ausschließlich von Fachkräften wie staatlich geprüften Gymnastiklehrern, Diplom- oder Magister Artium Sportlehrern, Sportwissenschaftlern und Physiotherapeuten geleitet. Alle unsere Präventionskurse sind qualitätsgeprüft und mit dem Gütesiegel „Sport pro Gesundheit“ des LandesSportBundes NRW ausgezeichnet.

## Gesundheitssport

### Kursprogramm

### 4. Quartal 2018



*Pilates*  
*Aquafitness*  
*Aquafitness Mollige*

## Neue Kursangebote!



(c) LSB NRW | Foto: (Michael Stephan/Andrea Bowinkelmann)

*Fit ab 70*  
*Kinderschwimmen*  
*u.v.m.*

### Geschäfts- und Beratungsstelle

des Vereins für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. (**vflb**)

Internet: [www.gesundheitssport-bonn.de](http://www.gesundheitssport-bonn.de)

E-Mail: [kurse@gesundheitssport-bonn.de](mailto:kurse@gesundheitssport-bonn.de)

Hans-Böckler-Str. 16 Telefon: (0228) 40 36 7-27  
53225 Bonn-Beuel Telefax: (0228) 40 36 7-18

Öffnungszeiten: Mo. - Do. 09:30 - 17:00 h  
Fr. 09:30 - 15:00 h

Wegbeschreibungen unter [www.vrsinfo.de](http://www.vrsinfo.de)

Eingetragen im Vereinsregister Bonn unter Nr.: 6217  
Steuer-Nr.: 206/5883/0117

Kostenerstattung bis zu 80% möglich.

# Unser Kursprogramm - Gesundheitssport 4. Quartal 2018

<b>Präventionssport</b> von den gesetzl. Krankenkassen (GKV) finanziell unterstützt -			
Kurs/-ort	Beginn/Ende	Zeit	Einheiten
<b>Entspannung</b>			
<b>AT / PMR / Hatha-Yoga / Oigong / Tai Chi Chuan</b>			
In diesem Quartal beginnen leider keine neuen geförderten Entspannungsprogramme. <i>Neue Kurse werden vorauss. ab November 2018 buchbar sein.</i>			

<b>Präventionssport</b> von den gesetzl. Krankenkassen (GKV) finanziell unterstützt -			
Kurs/-ort	Beginn/Ende	Zeit	Einheiten
<b>Herz-Kreislauf-Training</b>			
<b>Aquafitness / Aquagymnastik / Aquajogging</b>			
In diesem Quartal beginnen leider keine neue geförderten Angebote im Bereich Aquatraining. <i>Neue Kurse werden vorauss. ab November 2018 buchbar sein.</i>			

<b>Präventionssport</b> von den gesetzl. Krankenkassen (GKV) finanziell unterstützt -			
Kurs/-ort	Beginn/Ende	Zeit	Einheiten
<b>Training für das Muskel- &amp; Skelett-System</b>			
<b>Fit ab 70 - Gleichgewichtstraining für Senioren</b>			
418-MS4A	Do 04.10. - 13.12.18	09:15 - 10:15	8*
Ort: Offene Tür Dürenstraße e.V., Dürenstr. 2, 53173 Bonn			
418-MS4B	Do 04.10. - 13.12.18	11:00 - 12:00	8*
Ort: AlterAktiv, Burbacher Str. 232, 53129 Bonn <b>-Kleingruppentraining-</b>			
<i>Kosten: 418-MS4A: 84,00 €; 418-MS4B: 120,00 €</i>			
<i>* Der Kurs findet nicht in den Herbstferien und am 01.11.2018 statt!</i>			

<b>Allgemeine Gesundheitsförderung</b> - von den gesetzl. Krankenkassen (GKV) finanziell <i>nicht</i> unterstützt -			
Kurs/-ort	Beginn/Ende	Zeit	Einheiten
<b>Angebote für Erwachsene</b>			
<b>Herz-Kreislauf-Training</b>			
<b>Aquafitness aktiv - Mollige</b>			
418-HK5C	Fr. 02.11. - 14.12.18	16:00 - 17:00	7
Ort: LVR-Kliniken Bonn, Kaiser-Karl-Ring 20, 53111 Bonn			
<i>Kosten: 81,00 €;</i>			
<b>Aquafitness aktiv</b>			
418-HK1F	Mo 05.11. - 10.12.18	20:45 - 21:30	6
Ort: Kaiser-Karl-Klinik, Graurheindorfer Str. 137, 53117 Bonn			
418-HK2A	Di 30.10. - 18.12.18	18:00 - 18:45	8
Ort: Gustav-Heinemann-Haus, Waldenburger Ring 44, 53119 Bonn			
<i>Kosten: 418-HK1F : 66,00 €; 418-HK2A: 88,00 €</i>			

<b>Allgemeine Gesundheitsförderung</b> - von den gesetzl. Krankenkassen (GKV) finanziell <i>nicht</i> unterstützt -			
Kurs/-ort	Beginn/Ende	Zeit	Einheiten
<b>Angebote für Kinder</b>			
<b>Kinderschwimmen - für Kinder ab 5 Jahren</b>			
<b>Kinderschwimmen (I) - Wassergewöhnung für Nichtschwimmer</b>			
418-HK1A	Mo 29.10. - 10.12.18	15:30 - 16:15	7
Ort: Bodelschwingh-Schule, Am Woltersweiher 10, 53175 Bonn			
<i>Kosten: 56,00 €;</i>			
<b>Kinderschwimmen (II) - Schwimm-Lernkurs für Nichtschwimmer</b>			
418-HK1B	Mo 29.10. - 10.12.18	16:15 - 17:00	7
Ort: Bodelschwingh-Schule, Am Woltersweiher 10, 53175 Bonn			
418-HK5A	Fr 26.10. - 07.12.18	16:00 - 16:45	7
Ort: Frankenbad, Adolfstr.45, 53111 Bonn - Lehrschwimmbecken			
418-HK5B	Fr 26.10. - 07.12.18	16:45 - 17:30	7
Ort: Frankenbad, Adolfstr.45, 53111 Bonn - Lehrschwimmbecken			
<i>Kosten: 418-HK1B: 56,00 €; 418-HK5A: 56,00 €; 418-HK5B: 56,00 €</i>			
<b>Kinderschwimmen (III) - Schwimmer</b>			
418-HK1C	Mo 29.10. - 10.12.18	17:00 - 17:45	7*
Ort: Bodelschwingh-Schule, Am Woltersweiher 10, 53175 Bonn			
<i>Kosten: 56,00 €</i>			
<i>* Seepferdchen erwünscht, jedoch keine Voraussetzung!</i>			