

27.11.2018



Schwungvoll älter werden in Wegberg-Beeck

Beim TuS Beeck werden Koordination, Gleichgewicht und Konzentration trainiert – wichtig für den Alltag und ein gesundes Älter werden.

Wegberg. Das Bewegungsangebot „Mit Schwung ins Alter“ des TuS Beeck ist eine Erfolgsgeschichte: Seit dem Kursbeginn Anfang September bringen Frauen und Männer ab 60 ihre körperliche und geistige Fitness in Schwung. Beides sind wichtige Bausteine für ein gesundes älter werden und selbstbestimmtes Leben im Alter.

Immer dienstags trifft sich die Gruppe von 11:15 – 12:15 Uhr im St. Vincentius Pfarrsaal am Kirchplatz. Übungsleiterin Ulrike Peters sorgt dafür, dass neben dem sportlichen Aspekt der Spaß nicht zu kurz kommt. Es wird viel gelacht und neue Bekanntschaften werden geknüpft.

Das Bewegungsangebot wurde in der Startphase aus Mitteln des Landesprogramms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ gefördert. Der Projektinitiator Kreissportbund Heinsberg (KSB) hatte die Fördermittel beim Landessportbund Nordrhein-Westfalen beantragt.

„Wir wollen wohnortnahe Bewegungsangebote für Ältere initiieren und diese nachhaltig in das Angebot der Sportvereine vor Ort überführen. Das haben wir erreicht“, freut sich Beate Wassenberg-Schüren, Fachkraft des KSB Heinsberg für „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“.

Der TuS Beeck wird das Bewegungsangebot in eigener Regie fortführen. „Wir werden das Kursangebot 2019 im Frühling und Herbst anbieten. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht erforderlich“, so Johannes Heinen, Vorsitzender des Vereins.

Der nächste Kurs startet am 29. Januar und geht bis zum 30. April. Die Teilnahmegebühr beträgt für 12 Kurseinheiten 45 € (Vereinsmitglieder zahlen 30 €). Anmeldungen sind ab sofort möglich (Kontakt: Johannes Heinen, Tel.: 02434 - 6446).

Pressekontakt:

Beate Wassenberg-Schüren

Tel.: 02451 – 914 8321

E-Mail: beate.schueren@ksb-heinsberg.de

Im Rahmen des Programms „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“
des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen.

Gefördert durch:

Ministerium für Familie, Kinder,
Jugend, Kultur und Sport
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

