

Heutzutage kommt dem gesundheitlichen Aspekt des Sports eine immer größere Bedeutung zu, der sowohl die Prävention, als auch die Rehabilitation beinhaltet. Zudem nimmt der hohe Freizeitwert des Sports für Menschen mit Behinderungen eine wichtige Rolle ein. Denn Bewegung, Spiel und Sport sind bei jedem Menschen und in jedem Lebensalter wesentlicher Bestandteil vitaler Lebensfreude.

Aufgrund vielfältiger Erfahrungen in diesen Bereichen bietet die BSG Erftstadt ein breit gefächertes Sportangebot unter qualifizierter Betreuung an. Für die Teilnahme an unserem Sportprogramm ist eine ärztliche Verordnung über Rehasport erforderlich.

Des Weiteren bieten wir Ihnen Vorträge, Tagesveranstaltungen, Sportwochenenden und Sportfreizeiten an. Zusätzliche Angebote und Aktivitäten werden durch interne Aushänge in den Sportstätten sowie durch Veröffentlichungen in der örtlichen Presse bekanntgegeben.

Wenn Sie behindert oder von Behinderung bedroht sind, sollten Sie mit uns sprechen! Sprechen Sie auch mit Ihrem Hausarzt!

**Hinweis:** Die Aufnahme in die Übungs- und Sportgruppen erfolgt durch das Sportbüro in Absprache mit dem Vorstand.

Die BSG Erftstadt bietet folgende Sportarten an:

### Montag

14.30-15.25 Uhr	Wirbelsäulengymnastik im Stand und auf dem Hocker	① Michaela Bohlem
15.30-16.25 Uhr	Sport in der Krebsnachsorge	① Stefanie Müller
16.30-17.25 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	② Stefanie Müller
17.15-18.15 Uhr	Schwimmen für Jugendliche und Erwachsene mit geistiger Behinderung	⑤ Natascha Gerlach/ Stefanie Schroth
18.00-19.00 Uhr	Herzsport, Übungsgruppe	②
18.00-19.00 Uhr	Herzsport, Übungsgruppe	① St. Müller / H. Vogt
19.00-20.00 Uhr	Herzsport, Übungsgruppe	②
19.00-20.00 Uhr	Herzsport, Übungsgruppe	① St. Müller / H. Vogt
20.00-21.00 Uhr	Herzsport, Trainingsgruppe	②
20.00-21.00 Uhr	Herzsport, Trainingsgruppe	① St. Müller / H. Vogt

### Dienstag

14.00-14.55 Uhr	Sport für psychisch Beeinträchtigte (Haus Agis)	① Steffi Schroth
15.00-15.55 Uhr	Sport für psychisch Beeinträchtigte (Haus Kämischhof)	① Steffi Schroth
16.00-16.55 Uhr	Sport für Osteoporose-Betroffene	① Michaela Bohlem
17.00-17.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Michaela Bohlem
18.00-18.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Reinhard Drewes
19.00-19.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Reinhard Drewes
20.00-20.55 Uhr	Wirbels.-gymn. / Aktives Hüft- und Kniegelenktraining	① Reinhard Drewes

### Mittwoch

15.15-16.10 Uhr	Sport für Schlaganfall-Betroffene	① Michaela Bohlem
16.15-17.10 Uhr	Beckenbodengymnastik	① Michaela Bohlem
17.15-18.10 Uhr	Aktives Hüftgelenks- und Kniegelenktraining	① Michaela Bohlem
18.15-19.10 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① H.-Dieter Friedrich
19.15-20.10 Uhr	Gymnastik für Menschen mit unterschiedlichen Behinderungen	① Robert Ebertz
20.15-21.30 Uhr	Tischtennis ( <i>integratives Angebot für behinderte und nichtbehinderte Menschen</i> )	① Robert Ebertz

### Donnerstag

15.00-15.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik im Stand und auf dem Hocker	Inge Kesselring (Erftstadt-Lechenich)
14.30-15.25 Uhr	Sport für Menschen mit geistiger Behinderung (LVR)	① N.N.
15.30-16.25 Uhr	Herzsport, Trainingsgruppe	① Reinhard Drewes
16.30-17.25 Uhr	COPD Lungensport	① Reinhard Drewes

# SPORTPROGRAMM

**BSG-Erftstadt von 1964 e.V.**  
**Bewegung – Sport - Gesundheit**

## Präventions-, Rehabilitations-, Behindertensport

**Sportbüro / Geschäftsstelle:** Stefanie Müller  
(Diplom-Sportlehrerin für Rehabilitationssport)  
50374 Erftstadt-Liblar  
Carl-Schurz-Str. 23  
Telefon: 02235-44919  
Telefax: 02235-994944  
bsg-erftstadt@gmx.de

**Öffnungszeiten:** Montag 09.00 – 12.00 Uhr  
Dienstag 09.00 – 12.00 Uhr

**Sportzentrum:** 50374 Erftstadt-Liblar  
Poststraße (Schulzentrum)  
Telefon: 02235-43249

**1. Vorsitzender:** Dr. Berthold Necker  
Telefon: 02235-5994

Die BSG Erftstadt 1964 e.V. ist vom Finanzamt Brühl unter der Steuernummer 224/5790/0194 als gemeinnützig anerkannt und in das Vereinsregister beim Amtsgericht Brühl unter VR 0744 eingetragen.

**Sportstätten:**

Halle 1 in Erftstadt-Liblar, Liblar-Gymnasium, hinter dem Judoraum (1. Etage im Behindertensportzentrum)	①
Halle 2 in Erftstadt-Liblar, (ehem. Turnhalle der Hauptschule) Carl-Schurz-Turnhalle, Parterre	②
Halle 3 in Erftstadt-Lechenich, Kölner Ring 159 (Hauptschule)	③
Öffentliches Hallenbad in Erftstadt, Einkaufszentrum Liblar	④
Schwimmhalle in Erftstadt-Lechenich, Dr.-Josef-Fieger-Str. 7 (am Gymnasium)	⑤

## Donnerstag

15.00-16.15 Uhr	Walking ab Treffpunkt	Stefanie Müller
17.30-18.25 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Berthold Necker
17.00-18.00 Uhr	Sport f. Parkinsonpatienten	② Stefanie Müller
18.30-19.25 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Berthold Necker
18.00-19.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	② ????
18.00-19.15 Uhr	Sport für Menschen mit geistiger Behinderung	③ Steffi Schroth
20.00-21.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Anna-Maria Necker

## Freitag

14.00-14.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Inge Kesselring
15.00-15.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Inge Kesselring
16.00-16.55 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	① Inge Kesselring
17.30-18.30 Uhr	Schwimmen für Herzpatienten	④ Berthold Necker
17.30-20.30 Uhr	Schwimmen für Jedermann	④ Ebertz / Drew. / Fink
17.35-17.55 Uhr	Wassergymnastik, (für Herzpatienten) Gruppe 1	④ Berthold Necker
	dto., Gruppe 2	④ Berthold Necker
18.15-18.35 Uhr	dto., Gruppe 6	④ Berthold Necker
17.45-18.15 Uhr	Aquajogging 0	④ Robert Ebertz
18.15-18.45 Uhr	Aquajogging 1	④ Robert Ebertz
18.45-19.15 Uhr	Aquajogging 2	④ Robert Ebertz
19.15-19.45 Uhr	Aquajogging 3	④ Robert Ebertz
18.35-18.55 Uhr	Wassergymnastik, Gruppe 3	④ Reinhard Drewes
18.55-19.15 Uhr	Wassergymnastik, Gruppe 4	④ Reinhard Drewes
19.15-19.35 Uhr	Wassergymnastik, Gruppe 5	④ Reinhard Drewes
19.35-20.35 Uhr	Schwimmen GB	④ Jennifer Fink
19.45-20.15 Uhr	Anfängerschwimmunterricht (nach persönlicher Vereinbarung)	④ Robert Ebertz
20.00-21.30 Uhr		②