

Reha Sport inklusiv



Inklusives Sportangebot für ReHa - und Breitensport

Liebe Sportinteressierten,

wir bieten in Kooperation mit der ReHa Abteilung des Soester TV mehrere sportliche Aktivitäten an.

Die Angebote sind für Menschen mit und ohne Behinderungen (auch Rollstuhlsport), die sich ein gemeinsames Training vorstellen können.

Die sportlichen Angebote sind:

A)

**Mittwochs von 10.00 Uhr bis 11.30 Uhr (1. Gruppe)
und 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr (2. Gruppe)
im Gemeinschaftsraum von Ein Haus für Alle
im Troyesweg 9 in 59494 Soest**

Inhalte: sitzende/ stehende Übungen mit geringem Bewegungsradius (Raumgröße) mit wechselnden Übungsgeräten zur Förderung der Beweglichkeit, der Kräftigung und im geringerem Umfang der Ausdauer. Die Übungen erfolgen im Einzelsetting, in der Gruppe und als Partnerübungen.

Beginn des Sportangebotes: Mittwoch, 12.11.2025

B)

**Montags von 20.00 Uhr bis 21.30 Uhr
in der Turnhalle der ehemaligen Thöma-Grundschule,
Hoher Weg 68, 59494 Soest.**

Inhalte: Einzel-, Partner- und Gruppenübungen und Spiele zur Förderung der Beweglichkeit, der Kräftigung und der Ausdauer.

Beginn des Sportangebotes: Montag, 17.11.2025.

Die kostenfreien Trainingsangebote sind offen für Mitglieder der VKM und des Soester TV.

Falls sie über eine ReHa Verordnung eines Arztes am Training teilnehmen möchten, ist eine Vereinsmitgliedschaft nicht notwendig. Wir bitten darum, möglichst eine Verordnung vorzulegen, wenn sie die Voraussetzung erfüllen.

Kommen sie auch gern zu einem Probetraining.

Turnschuhe sind erforderlich, lockere bzw. sportliche Bekleidung erwünscht.

Bitte melden Sie sich an bei:

Ansprechpartner:

Herbert Schauerte, Telefon: 02921/3454126

e-Mail: schauerte_h@posteo.de

oder

Heinz-Werner Einhoff, Telefon: 02921/3459922

e-Mail: hweinhoff@web.de

Unser Verein bietet darüber hinaus:

T h e r a p i e n

Reiten



Schwimmen



REHA-Sport



Freizeitangebote

Freizeittreff Kegeln Ausflüge Feiern etc.

B e r a t u n g

persönliches Budget



persönliche Assistenz

für Menschen mit Behinderung

Kontakt:

Heinz-Werner Einhoff, Tel.: 02921 / 3459922

e-Mail:

hweinhoff@web.de

Internet:

www.vkm-soest.de