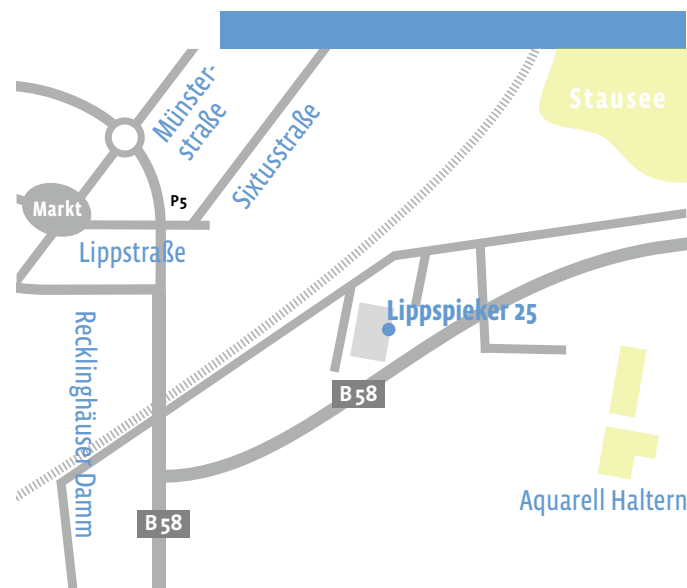


WIR BRINGEN ZUSAMMEN,
WAS ZUSAMMEN GEHÖRT.
BEWEGUNG, FITNESS UND
GESUNDHEIT FÜR ALLE
SPORTBEGEISTERTEN.
DENN NIEMAND HAT IN DER
SEESTADT EIN SO BREITES
SPORTANGEBOT FÜR ALLE
GENERATIONEN WIE DER
ATV HALTERN VON 1882 E.V.

**BEWEGUNGSFREUNDE
VEREINEN.**

BEWEGUNGSSORT DIE JAHNHALLE



Fotos: © LSB NRW | Andrea Bowinkelmann

Informationen und Anmeldung
bei Katrin Kalfhues



ATV Haltern
Geschäftsstelle
Lippspieker 25
45721 Haltern am See
Tel. 02364-9496418



www.atv-haltern.de

BEWEGUNG & GESUNDHEIT.

SENIOREN
ANGEBOTE DES ATV



SENIORENSPORT

BEWEGUNGSFREUNDE VEREINEN.



Spaß an der Bewegung
steht im Vordergrund.

Kurse werden regelmäßig aktualisiert;
darüber informieren wir unter anderem
in der Halterner Zeitung und im Internet.
» <http://senioren.atv-haltern.de>
Gerne schicken wir Ihnen dieses aber
auch per Post zu.

Seniorenport im ATV

In der Gruppe ist Sport am schönsten.
Man bewegt sich gemeinsam, kommt ins Gespräch,
ist aktiv und macht etwas für sich und seine
Gesundheit. Auch wenn Sie schon lange keinen Sport
mehr ausgeübt haben, finden wir gemeinsam eine
Möglichkeit, Sie wieder in Bewegung zu bringen.

Reha und Präventionskurse

Bei uns finden Sie auch eine große Auswahl an
Reha-Kursen und Präventionskursen, die von den
Krankenkassen bezahlt oder bezuschusst werden.

Auch für Männer haben wir spezielle Männerkurse im
Angebot. **Alle Seniorenangebote können Sie auch
in Kursform, mit 10er-Karte, wahrnehmen oder
Sie werden Mitglied bei uns im Sportverein und
können viele Angebote kostengünstiger nutzen.**

Sportangebote für Ihre Fitness und Beweglichkeit

Seniorengymnastik
Gesundheitssport
Fit von Kopf bis Fuß
Seniorentanz
Spielend bewegt
Osteoporose-Prävention
Sturzprophylaxe
Rückentraining
QiGong, Pilates, Yoga, Stretching
Frauengymnastik
Nordic-Walking
Beckenbodentraining
Rollator-Walking
Männerfitness 60+
TANZCAFÉ

Reha-Sport-Angebote
Reha-Sport Orthopädie
Reha-Sport Orthopädie / Tanz
Reha-Sport Neurologie

**Wir bieten speziell für Senioren viele
Angebote, damit auch Sie einen sanften Einstieg
in die Bewegung und zum Sport finden.**

