

# Ausgezeichneter Gesundheitssport beim SC Schoningen - jetzt 17 Angebote

Schoningen: Gleich elf Mal hat der Niedersächsische Turnerbund (NTB) dem SC Schoningen die beiden Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit DTB“ und „Sport pro Gesundheit.DOSB“ verliehen.

„Damit ist der SC Schoningen Kreismeister“, sagte Turnkreisvorsitzender Heinz-Willi Elter bei der Übergabe, denn kein anderer Verein im Landkreis Northeim hat so viele qualifizierte Angebote im Gesundheitssport. „In ganz Südniedersachsen zählt der SC Schoningen zu den Vereinen mit den besten Angeboten im Gesundheitssport“, fügt Kreis-Sportbundvorsitzender Heinz-Jürgen Ehrlich hinzu, der als einer der Ersten gratuliert. Der SC betreibt einen großen Aufwand für die Aufrechterhaltung dieses aufwändigen gesundheitsorientierten Programms:

- Die gut ausgebildeten Übungsleiterinnen und Übungsleiter sind durch umfangreiche Lehrgänge stets auf dem neuesten Stand
- Gesundheitssport im SC Schoningen betreiben Pluspunktübungsleiter; das sind besonders ausgebildete Übungsleiter
- Kurse bietet der SC nur als Einsteigerkurse an mit dem Ziel, die Menschen dauerhaft für den Gesundheitssport zu begeistern. Denn nur ein regelmäßiger Besuch hilft wirklich der Gesundheit. Nur ein Kurs hilft bestenfalls dem Gemüt.

Das Qualitätssiegel Rehabilitation erhielt der SC Schoningen für die Angebote Sport bei Wirbelsäulenerkrankungen, Sport in Herzgruppen und Trockengymnastik.

Das Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ überreichte der Turnerbund für die Angebote „Gesundheitsgymnastik auf dem Hocker“, Beckenbodengymnastik, Yoga, Osteoporosegymnastik und gleich jeweils zwei Mal für das Allgemeine Gesundheitstraining AROHA und Pilates als Gesundheitssport.

„Die beiden perfekt ausgebildeten Übungsleiterinnen Rita Riemenschneider und Elke Marzock bewältigten ein großes Fortbildungspaket“, sagt SC-Vorsitzender Jörg Grabowsky, nicht ohne Stolz. Nun stellen die beiden Leistungsträgerinnen für den SC Schoningen ein leistungsstarkes „Gesundheitssport-Paket“ zusammen.

## Hintergrund I:

Das Qualitätssiegel „Pluspunkt Gesundheit.DTB“ wurde dem SC Schoningen für herausragende

Leistungen im Bereich Gesundheitssport und qualifizierte Vermittlung an seine Mitglieder verliehen. Das schreibt der Präsident des Niedersächsischen Turnerbundes (NTB), Heiner Bartling, in den Urkunden.

Bild: von links: Elke Marzock und Rita Riemenschneider sind ausgezeichnete Übungsleiterinnen beim SC Schoningen. Jörg Grabowsky überbrachte gerne die Grüße und den Dank vom Vorsitzenden des Niedersächsischen Turnerbundes, Heiner Bartling.

## **Hintergrund II - jetzt 17 Gesundheitssportangebote**

REHA - Sport: (auch mit Rezept)

1. Sport in Herzgruppen - Koronarsport mit Rita Riemenschneider

Mittwoch: 17:00 - 18:15 Uhr / Halle

2. Trockengymnastik mit Rita Riemenschneider

Rückengymnastik Montag: 18:30 - 20:00 Uhr / Halle

Rückengymnastik Dienstag: 10:30 - 12:00 Uhr / Halle

Rückengymnastik Donnerstag: 18:00 - 19:30 Uhr / Halle

Rückengymnastik Freitag: 18:00 - 19:15 Uhr / Halle

Osteoporosegymnastik Freitag: 16:45 - 17:50 Uhr / MZR SC

Gesundheitssport „Pluspunkt Gesundheit“ (Präventionssport)

3. Gesundheitsgymnastik auf dem Hocker mit Elke Marzock Donnerstag: 10:30 - 11:45 Uhr / Halle

4. Pilates im Gesundheitssport Elke Marzock Montag: 16:30 - 18:00 Uhr / Sportheim

5. Pilates im Gesundheitssport mit Rita Riemenschneider Dienstag: 19:45 - 21:00 Uhr / MZR SC

6. Yoga

Power Yoga mit Elke Marzock Dienstag: 18:00 - 19:15 Uhr / Sportheim

Yoga - 65-Plus Elke Marzock Mittwoch: 17:00 - 18:15 Uhr / Sportheim

Yoga zur Entspannung Elke Marzock Mittwoch: 18:30 - 20:00 Uhr / Sportheim

Yoga Fortgeschrittene mit Elke Marzock Donnerstag: 19:00 - 20:30 Uhr / Sportheim

Präventionskurs mit Zuschuss Krankenkasse bewilligt - kostenpflichtig

7. Bewegen statt Schonen - ein Ganzkörperkräftigungsprogramm

Start: 44. KW / ab 27.10.2020

- Anmeldung erforderlich: Tel. 05573-288 oder 05571-2119  
mit Trainerin Elke Marzock

Dienstag: 19:30 - 21:00 Uhr / Sportheim

Freitag: 09:00 - 10:30 Uhr / Halle

Freitag: 17:30 - 19:00 Uhr / Sportheim (ausgebucht)