

# Erneute Auszeichnungen für Rita Riemenschneider und Elke Marzock vom SC Schoningen



Schoningen / Hannover: Mit einem großen Umschlag und gleich 10 Urkunden gratulierte Heiner Baitling (Präsident des Niedersächsischen Turnerbundes, NTB) dem SC Schoningen und den beiden Übungsleiterinnen Rita Riemenschneider und Elke Marzock zur erneuten Zertifizierung der beiden Qualitätssiegel des organisierten Sports – SPORT PRO GESUNDHEIT und Pluspunkt Gesundheit.DTB.

Der älteste aktive Professor an der Sporthochschule Köln ist Wildor Hollmann (92 Jahre jung). Er kennt eine Medizin, die fast nichts kostet, gegen viele Krankheiten hilft, keine Nebenwirkungen hat und man überall einnehmen kann: Sportliche Bewegung. Um am besten hilft Bewegung unter professioneller Anleitung. „Der SC Schoningen ist führend auf dem Gebiet“, sagt Turnkreisvorsitzender Heinz-Willi Elter. Kaum ein Verein nach seiner Auffassung ist in dieser Breite so gut aufgestellt und vorbildlich bei der Qualifizierung der Übungsleiter.

## **Gleich in zehn Kategorien wurde der SC Schoningen ausgezeichnet:**

Rita Riemenschneider und Elke Marzock sind hier echte Expertinnen: 2 Mal Allgemeines Gesundheitstraining AROHA, Beckenbodengymnastik, Bewegen statt schonen – ein Ganzkörperkräftigungsprogramm, Cardio-Aktiv – Präventives Herz-Kreislauf-Training für Jung und Alt. Fit und gesund – ein 60 Minuten Gesundheitssportprogramm, Osteoporosegymnastik in der Prävention, 2 Mal Pilates als Gesundheitssport und Yoga.

## **Das Qualitätssiegel des organisierten Sports – SPORT PRO GESUNDHEIT**

Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sich ein großer Prozentsatz der Gesundheitskosten durch Prävention vermeiden lässt. Zugleich ist unstrittig, dass Bewegung und Sport zentrale Bestandteile einer erfolgreichen Prävention sind. SPORT PRO GESUNDHEIT verfolgt daher kurzfristige Ziele wie die Stärkung von physischen und psychosozialen Gesundheitsressourcen sowie die Verminderung von Risikofaktoren. Im Kern zielen die Bemühungen von SPORT PRO GESUNDHEIT aber auf eine langfristige Bindung an gesundheitssportliche Aktivität sowie die Bildung einer eigenen Gesundheitskompetenz; auf eine Nachhaltigkeit also, die sich im Idealfall im lebenslangen Sporttreiben äußert.

In besonderem Maße gilt dies für Menschen, die nie oder lange nicht mehr Sport getrieben haben. Sie auf ihrem Weg vom „Nicht-Sportler“ zum „Präventionssportler“ zu begleiten, ist Anspruch und Ansporn zugleich.

Der Pluspunkt Gesundheit.DTB ist eine Auszeichnung für besondere Gesundheitssport-Angebote im Verein, die festgelegte Qualitätskriterien erfüllen! Der Pluspunkt Gesundheit.DTB hilft Vereinen, nach außen deutlich zu machen, dass sie über qualitativ hochwertige Angebote im Gesundheitssport verfügen. Weiterhin unterstützt er alle Interessenten dabei ein für Sie passendes Gesundheitssport-Angebot zu finden.

Quellen:

- <http://www.sportprogesundheit.de/de/sport-und-gesundheit/sport-pro-gesundheit/>
- <http://www.dtb-online.de/portal/gymwelt/fitness-und-gesundheitssport/pluspunkt-gesundheitdtb.html>