

Ingobert Balkenhol erhält Qualitätssiegel Sport pro Gesundheit

Bundesweit erste Verleihung an Olsberger vom Deutschen Olympischen Sportbund für Präventionsprogramm

Olsberg. Der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) hat das anspruchsvolle Präventionsprogramm des SGV in Zusammenarbeit mit dem TSV Bigge-Olsberg mit dem Qualitätssiegel „Sport pro Gesundheit“ ausgezeichnet.



Ingobert Balkenhol
Foto: SGV

Der Olsberger Übungsleiter-B und zertifizierte Gesundheitswandleiter (DWV) Ingobert Balkenhol er-

hielt für das Programm „Let's go – jeder Schritt hält fit“ bundesweit als bisher Einziger das Qualitätssiegel des organisierten Sports für das Gesundheitswandern. Das Qualitätssiegel wurde vom DOSB gemeinsam mit der Bundesärztekammer entwickelt. „Sport pro Gesundheit“ verfolgt kurzfristige Ziele wie die Stärkung von physischen und

psychosozialen Gesundheitsressourcen sowie die Verminderung von Risikofaktoren.

Gesundheitswandern beliebt

Im Kern zielen die Bemühungen des Programms aber auf eine langfristige Bindung an gesundheitsportliche 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. Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, erfüllen Seminare, Kurse und Verein bestimmte Qualitätskriterien.

Das gelenkschonende Gesundheitswandern stößt auf sehr großes Interesse. Immer mehr Sauerländer treffen sich dazu in Olsberg. Die Teilnahme an den Wanderungen ist kos-

tenlos. Treffpunkt ist an der Wandertafel des SGV Olsberg (Kurpark gegenüber Stadgespräch, Bahnhofstraße 11). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

„Let's go – jeder Schritt hält fit“ wird jeden Dienstag bis zum 11. August jeweils um 14 und um 16 Uhr angeboten. Am 16. und 23. Juni finden keine Kurse statt. Auskünfte/Info: ☎ 02962 908510, eMail: gesundheitswandern@gmx.de.