

Neue Hoodies für die HSG-Mixed-Teams

PhysioFit Oberpleis unterstützt die Volleyballabteilung der HSG Siebengebirge

Die Volleyballabteilung der HSG Siebengebirge freut sich über tatkräftige Unterstützung aus der Region: Dank der Physiotherapiepraxis PhysioFit Oberpleis konnten die beiden Mixed-Mannschaften mit neuen Zipper-Hoodies ausgestattet werden. Die Jacken kommen künftig beim Aufwärmen vor dem Spiel sowie während der Begegnungen bei den Wechselspielerinnen und -spielern zum Einsatz und sorgen für einen einheitlichen Auftritt der Teams. In der kommenden Saison geht die HSG mit zwei Seniorenmannschaften an den Start. Die erste Mixed-Mannschaft schlägt in der Landesliga auf, die zweite tritt in der Kreisliga an. Umso größer ist die Freude über einen regionalen Partner, der den Volleyballsport und das ehrenamtliche Engagement im Verein unterstützt. Der Kontakt zu PhysioFit entstand über eine Mitarbeiterin der Praxis, die selbst in der Volleyballabteilung der HSG aktiv ist. Praxisinhaber Alex Siep musste von der Idee nicht lange überzeugt werden - schließlich spielt er selbst Volleyball in einem Kölner Verein und kennt den Teamgeist sowie die Bedeutung regelmäßiger Bewegung aus eigener Erfahrung. Für Alex Siep steht fest: "Wir erleben täglich, wie wichtig regel-



Alex Siep von PhysioFit Oberpleis zusammen mit den HSG Mixed Teams

mäßige Bewegung für die körperliche Gesundheit ist. Deshalb unterstützen wir Mannschaften, die Menschen für Sport begeistern." Dieser Gedanke passt hervorragend zur Philosophie von PhysioFit. Bewegung bildet die Grundlage für Gesundheit, Prävention

ist oft wirksamer als die reine Behandlung von Beschwerden, und Sport ist ein wichtiger Bestandteil eines gesunden Lebensstils. Solche Partnerschaften zeigen, wie gut sich regionales Unternehmertum und Vereinssport ergänzen. Die

neuen Hoodies werden die Mannschaften in der kommenden Saison bei vielen Trainingseinheiten und Spielen begleiten - und gleichzeitig sichtbar an einen Sponsor erinnern, der die Förderung von Bewegung und Gesundheit aktiv lebt.

"Your Training Starts Here"

Sommerferienaktion des TV Eiche für Schülerinnen und Schüler

(bk) Bad Honnef. Fitnessstudio "Vital" wirbt für aktiven Ferienspaß zum Sonderpreis. Das Fitnessstudio "Vital" des TV Eiche ruft alle Schülerinnen und Schüler ab 16 Jahren dazu auf, die Sommerferien aktiv zu gestalten und sich jetzt für die Ferienaktion des Fitnessstudios anzumelden.

Unter dem Motto "Your Training Starts Here" bietet das Vital vom 20. Juli bis zum 28. August ein speziell auf junge Menschen zugeschnittenes Trainingsangebot an. Ein Einstieg ist in der gesamten Zeit möglich. Trainiert werden kann

montags bis freitags von 14:30 bis 16 Uhr sowie von 19 bis 20:30 Uhr. Das Ferienprogramm richtet sich an alle Schülerinnen und Schüler, die ihre Sommerferien dazu nutzen wollen, ihre Fitness zu verbessern oder erste Erfahrungen im Kraft- und Ausdauertraining zu sammeln. Das Vital setzt dabei auf moderne Trainingsbedingungen und eine persönliche Betreuung. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer profitieren von modernen Geräten für Kraft- und Ausdauertraining, einer einsteigerfreundlichen Betreuung durch das Profi-Trai-

ner-Team und einer angenehmen Trainingsatmosphäre mit Gleichgesinnten - selbstverständlich auch gemeinsam mit Freundinnen und Freunden.

Das exklusive Ferienangebot ist gezielt auf die Bedürfnisse junger Sportlerinnen und Sportler abgestimmt. Die Teilnahme ist zum einmaligen Sonderpreis von 25 Euro möglich. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, empfiehlt der Verein eine frühzeitige Anmeldung. Der Abteilungsvorsitzende Michael Waerder betont die hohe Qualität der Betreuung: "Unser Trainerteam

verfügt über eine hohe fachliche Qualifikation und begleitet jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer individuell.

Gerade für Einsteiger ist es wichtig, die Übungen von Anfang an korrekt zu erlernen. So schaffen wir die Grundlage für ein sicheres, gesundes und langfristig erfolgreiches Training - und sorgen gleichzeitig dafür, dass der Spaß an der Bewegung nicht zu kurz kommt." Zum Abschluss der Ferienaktion, die erstmals beim TV Eiche Vital angeboten wird, gibt es einen gemeinsamen Grillabend.