

Gesundheitssport

Historie



Kurs "Gesund Abnehmen":
Ergometertraining

2006: Seniorenmesse



Spannungsübungen im Kursraum



Gordischer Knoten



- Am 13. April 2005 wurde die Kooperationsvereinbarung zwischen der DAK und dem Sportclub Hoyerswerda e.V. unterzeichnet, womit der Startschuss für das Projekt Gesundheitssport gegeben war. Es begannen die ersten Gesundheitskurse in Zusammenarbeit mit den Krankenkassen. Der erste Kurs der stattfand, war eine Rückenschule mit vier Teilnehmern.
- Am 1. Juni 2005 folgte die Übergabe des Gütesiegels des Deutschen Sportbundes „Sport pro Gesundheit“ an den Sportclub Hoyerswerda e.V. Damit sind die Kurse bei den meisten Krankenkassen anerkannt und diese bezuschussen Ihren Mitgliedern die Teilnahme mit bis zu 80%.
- Katrin Schulze, Diplomsporthelehrerin und Sporttherapeutin, begann am 1. September 2005 die Gesundheitssportkurse im neu gestalteten Kraft- und Kursraum in der Jahnsporthalle. In einer großen Werbeaktion erhielten alle Mitglieder des Sportclub einen Flyer mit dem neuen Sportangebot, von Beckenbodengymnastik über Nordic Walking bis hin zu Kursen zum Gesunden Abnehmen.
- Am 14. September 2005 wurde der Sportclub Hoyerswerda e.V. als Rehasportgruppe durch den sächsischen Behinderten- und Versehrtenverband Sachsen e.V. anerkannt. Neben Herzsport kann nun auch Rehabilitationssport für Diabetiker und Sport bei Erkrankungen im Stütz- und Bewegungsapparat durchgeführt werden. Im Bereich „Sport für Diabetiker“ ist der Sportclub der einzige Anbieter in der Stadt. Es wird eine Zusammenarbeit mit dem Klinikum Hoyerswerda angestrebt, welche vorerst nicht zustande kommt.
- In Zusammenarbeit mit der Abteilung 50+ fand im November 2005 in der Jahnsporthalle die 1. Senioren-Sportmesse des Sportclub Hoyerswerda e.V. statt. Das Angebot reichte von A wie Apotheke bis Z wie Zitronentee und richtete sich an die aktive Generation 50+. Sanitätsfachhandel, Optiker, Orthopädienschuhmacher sowie zahlreiche andere Firmen und Vereine luden ein.
- Im Dezember 2005 wurden anlässlich des 50. Geburtstages des Sportclub Hoyerswerda e.V. die Abteilungen des Vereins und auch das „Projekt Gesundheitssport“ durch die Sächsische Zeitung vorgestellt.
- Die Sächsische Zeitung schaltete im März 2006 eine Aktion für gesundheitsinteressierte Leser unter dem Motto „An die Stöcke, fertig, los!“ und bot kostenlose Schnupperangebote zum Nordic Walking, welche im Rahmen des „Projekt Gesundheitssport“ stattfanden, an.
- Seit Mai 2006 trifft sich der Tanzkreis jeden 1. Montag im Monat. Gelernt und geübt werden Kreis- und Reigentänze aus aller Welt, wobei der Treff offen für alle steht (Vereinsmitglieder und deren Bekannte).



Ballaerobic



Masai Walking