



# GALA e.V. und der DVFG e.V. präsentieren ihre Gesundheitssportangebote in Lampertheim und Umgebung

## Mit unseren starken Partnern :



Landessportbund  
Hessen e. V.



Herz- und  
Gesundheitssportverein  
Rhein-Neckar  
Weinheim e.V.



Prävention- und  
Rehasportverein  
Rhein-Neckar  
Mannheim e.V.



Herz- und  
Gesundheitssportverein  
Rhein-Neckar  
Lampertheim e.V.



Ihre Partner für Gesundheitssport in der Rhein-Neckar Region

## Ihr Gesundheitswegweiser:

### in 68623 Lampertheim, Gaußstrasse 25:

- Rehasport - Einzel und in Gruppen, in Kursen und an Gesundheitsgeräten, Präventionskurse
- Übergewichtssport (Adipositasport), Lungensportgruppen für Erwachsene und Kinder
- Yoga und Entspannungskurse
- Therapeutische Betreuung über Reha- und Funktionstrainingsformulare
- Diabetikersportgruppen und Diabetikertraining an Gesundheitssportgeräten
- Gesundheitssportangebote für Babys, Kleinkinder und Jugendliche
- Ernährungsberatung
- Osteoporosesportgruppen
- Rheumaligaselbsthilfegruppe
- Hallenfußball

### in Lampertheim, Gaustrasse 39:

- **drei der größten Herzsportgruppen in der Region:**
- Herzsparteinzeltraining in Cardio- und Gerätebereichen
- gesonderte Herzsporttrainingstage in sämtlichen Schwierigkeitsstufen
- eine große Angebotspalette über Kurse in Hallen, auf Plätzen, Outdoorprogramme, Gesundheitsgerätetraining, Cardibereich und Wellness
- Über 50 Gesundheits-, Präventions- und Rehakurse pro Woche
- exklusive Trainingstage für Übergewichtige im Kursbereich Cardio und Geräte
- Seniorensportangebote und Seniorentaining, auf Wunsch spezielle Trainingszeiten täglich von 9.00 Uhr bis 17.00 Uhr
- großes Kinder- und Jugendsportprogramm über Hip Hop, Ballett, Übergewichtstraining - „unfit is uncool“, sowie Outdooraktivitäten
- spezielle Trainingstage nur für Frauen
- Kinderfitnessstudio
- Kinderbetreuung
- Massagen

### in Lampertheim, Wilhelmstrasse 44:

- Kurse für Übergewichtige
- Rehasportkurse • Krankengymnastikkurse
- Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik
- Outdoorsportangebote - Nordic Walking, Nordic Walking für Senioren, Nordic Walking für Herz-Kreislaufkrankungen und Herzpatienten, Lauftreff, Schwimmen, Radtouren

### in Lampertheim, Gaußstrasse 39 A (Fußballcenter):

- Kinderbewegungsprogramm „unfit is uncool“
- das erste zertifizierte Adipositas-Übergewichtigen-Programm für Kinder und Jugendliche
- DMP - Programm für Kinder
- Hallenfußball

### in 68642 Bürstadt, Nibelungenstrasse 105:

- Rehasport - Einzel und in Gruppen, in Kursen und an Gesundheitsgeräten, Präventionskurse
- übergewichtigen Sport (Adipositasport),
- Yoga und Entspannungskurse
- Therapeutische Betreuung über Reha- und Funktionstrainingsformulare
- Diabetikersportgruppen und Diabetikertraining an Gesundheitssportgeräten
- Ernährungsberatung
- Osteoporosesportgruppen
- Rheumaligaselbsthilfegruppe

### in 64653 Lorsch im Giebauer Haus Kurse und am Sachsenbuckel 24 (KG-Praxis):

- Kurse für Übergewichtige
- Rehasportkurse
- Krankengymnastikkurse
- Rückenschule und Wirbelsäulengymnastik
- Outdoorsportangebote - Nordic Walking, Nordic Walking-Einsteigerkurse, Nordic Walking für Senioren, Nordic Walking für Herz-Kreislaufkrankungen und Herzpatienten, Lauftreff, Schwimmen, Radtouren

Gerne informieren wir Sie auch über unsere Angebote in Mannheim, Weinheim, Viernheim oder überregional. Weitere Details auch auf [www.sportvereine-rhein-neckar.de](http://www.sportvereine-rhein-neckar.de)

- In Lampertheimer Schulen und in Schulen der Umgebung, Präventionsbewegungsprogramm „unfit is uncool“
- In einzelnen Kindergärten wöchentliches Bewegungstraining
- In Betrieben in und um Lampertheim - Betriebssportgruppen oder Bewegungsprogramme für Büros

**Jeder Standort mit medizinischer Betreuung und Überwachung sowie Beratung durch die gesamten Kooperationsärzte aus GALA und AgiLA.**