

Gesundheitssport beim TSC

Qualitätssiegel „Sport Pro Gesundheit“ an Christian Kreuzpaintner verliehen



Udo Egleder, Christian Kreuzpaintner und Ralf Betzendörfer (von links), bei der Verleihung des Qualitätssiegels

Dingolfing. Neue Wege geht der Tanzsportclub Rot-Weiß Casino mit dem Einstieg in den Bereich des Gesundheitssports. Als langjähriger Vereinstrainer für Boogie Woogie entschied sich Christian Kreuzpaintner, dem Verein und den Trainierenden etwas Neues anzubieten.

In der Bayerischen Akademie für Erwachsenenbildung im Sport e.V. absolvierte er das Seminar für Gesundheitssport „Emotional Moves“, ein Trainingskonzept, das Prävention und Tanz miteinander verbindet. Dieses neuartige Konzept enthält Elemente aus den Bereichen Tanz,

Fettverbrennung, Yoga, Tai-Chi und Qigong und wirkt gezielt auf die Stärkung der Muskulatur. Damit erreicht man eine Verbesserung der Körperhaltung und beugt Haltungsschäden vor. Die Übungen werden zu passender Musik gezielt in Tanzbewegungen eingebaut und bewirken gleichermaßen ein körperliches Training, als auch eine Entspannung für Seele und Geist.

Christian Kreuzpaintner erhielt nun für seine Fortbildung das Qualitätssiegel „Sport Pro Gesundheit“ verliehen. In seiner Funktion als Bezirksvorsitzender des Bayerischen Landes-Sportverbandes e.V. übernahm Udo Egleder diese Aufgabe sehr gerne. Egleder beglückwünschte Kreuzpaintner zu seiner erfolgreichen Fortbildung und betonte, dass sein Engagement viele Vorteile für die gesundheitsbewussten Trainierenden und den Verein bringen werde. Der TSC ist nun der erste Tanzsportverein in Niederbayern, der dieses Qualitätssiegel verliehen bekommen hat. Mit einer Urkunde, einem kleinen Präsent und einem T-Shirt des Bayerischen Landes-Sportverbandes wünschte Egleder für die geplanten Präventionskurse viel Erfolg.

Start des ersten Kurses „Emotional Moves“ ist am 17. Juni. Die Krankenkassen beteiligen sich in

der Regel mit bis zu 80 Prozent der Kursgebühr. Infos auch auf der Homepage des TSC www.tsc-dingolfing.de und unter 08731-329328.