

## Machen Sie mit!

### Wo?

In den Sportanlagen des Gesundheitszentrums Evang. Stift sowie in weiteren städtischen und privaten Sporeinrichtungen in Koblenz Und seiner Umgebung.



### Wann?

Aus unserem Angebot von ca. 20 wöchentlichen Übungsveranstaltungen können Sie sich das passende aussuchen. Unser monatliches Rundschreiben "RSG Aktuell" informiert Sie über die Termine.

### Was sagt der Arzt?

Rollstuhlsport wird - wie jeder andere Behindertensport - ärztlich verordnet und überwacht.

### Was kostet die Teilnahme?

In der Regel wird der für Sie zuständige Leistungsträger der Rehabilitation (Krankenkasse, Berufsgenossenschaft etc.) die Kosten übernehmen. Wir beraten Sie gerne und erledigen die Formalitäten. Ihr Mitgliedsbeitrag bei uns ist gering.

### Und noch etwas:

Als Mitglied unserer Sportgemeinschaft erhalten Sie die monatlich erscheinenden Informationen RSG Aktuell und die Zeitschrift "Rollstuhlsport", herausgegeben vom Deutschen Rollstuhl-Sportverband, kostenlos frei Haus.

Die Rollstuhl-Sportgemeinschaft Koblenz e.V. ist vom Finanzamt als gemeinnützigen Zwecken dienend anerkannt. Spenden können steuerlich abgesetzt werden. Spender erhalten selbstverständlich eine Spendenbescheinigung



Bankverbindung  
Volksbank Koblenz  
Mittelrhein eG  
BLZ 570 900 00  
Konto106 204 3000

## Kontakt-Anschriften

### Vereinsanschrift

RSG Koblenz e.V.  
Freiherr-vom-Stein-Str. 47  
56566 Neuwied-Engers

### Vorstand

**Vorsitzender**  
Herbert Müller  
Freiherr-vom-Stein-Straße 47  
56566 Neuwied-Engers  
Tel. 02622/889 632  
(10-13 und 14-18 Uhr außer Mittwoch)  
Fax 02622/889636  
eMail: [H.Mueller@rsg-koblenz.de](mailto:H.Mueller@rsg-koblenz.de)

### Sportwart

Tobias Krämer  
Goldammerweg 7  
54550 Daun-Neunkirchen  
Tel. 06592/957168  
eMail: [T.Kraemer@rsg-koblenz.de](mailto:T.Kraemer@rsg-koblenz.de)

### Kassenwart

Alex Nicolay  
Zum Mautzbach 15  
56869 Mastershausen  
Tel. 06545/1224 Fax 911 9125  
eMail: [A.Nicolay@rsg-koblenz.de](mailto:A.Nicolay@rsg-koblenz.de)

### Schriefführerin

Sabine Hickmann  
Untere Bell 4  
55494 Rheinböllen  
Tel. 06764/2635  
eMail: [S.Hickmann@rsg-koblenz.de](mailto:S.Hickmann@rsg-koblenz.de)

### Büro

Marion Böлке  
Antoniusstraße 12  
50170 Kerpen  
Tel. 02273/592 678  
eMail: [M.Boelke@rsg-koblenz.de](mailto:M.Boelke@rsg-koblenz.de)

### Ansprechpartner

**Basketball**  
Alexander Burg  
Am Wassergraben 10  
56410 Montabaur  
Tel. 02602/90805  
eMail: [A.Burg@rsg-koblenz.de](mailto:A.Burg@rsg-koblenz.de)

### Boccia

Bruno Dvorak  
Lengenfeldstr. 6  
56073 Koblenz  
Tel. 0261/46565  
Fax 0261/40 90 456  
eMail: [B.Dvorak@rsg-koblenz.de](mailto:B.Dvorak@rsg-koblenz.de)

Internet: [www.rsg-koblenz.de](http://www.rsg-koblenz.de)

[www.rehasport-foerdern.de](http://www.rehasport-foerdern.de)

### Bogenschießen

René Gross  
Moselweißer Str. 21, 56073 Koblenz  
Tel. 0261/579 6780  
eMail: [R.Gross@rsg-koblenz.de](mailto:R.Gross@rsg-koblenz.de)

### Gymnastik/Schwimmen

Arno Becker  
Am Bahnhof 1, 56751 Polch  
Tel. 0261/1371622 (dienstl.)  
Tel. 02654/881 681 (privat)  
eMail: [A.Becker@rsg-koblenz.de](mailto:A.Becker@rsg-koblenz.de)

### Handbike

Thomas Schweikert  
Ringstraße 23, 56203 Höhr-Grenzhausen  
Tel. 02624/5192 Fax 950818  
eMail: [T.Schweikert@rsg-koblenz.de](mailto:T.Schweikert@rsg-koblenz.de)

### Kegeln

Josef Brandl  
Oberstr. 5, 65558 Langenscheid  
Tel.06439/6250  
eMail: [J.Brandl@rsg-koblenz.de](mailto:J.Brandl@rsg-koblenz.de)

### Kindersport/Kinderschwimmen

Arno Becker (s. Gymnastik/Schwimmen)

### Rugby

Tobias Krämer  
(siehe Sportwart)

### Tanzen (Formationstanz)

Sabine Bergmann  
Waldstr. 6, 56579 Hardert  
Telefon 02634/921851  
eMail: [S.Bergmann@rsg-koblenz.de](mailto:S.Bergmann@rsg-koblenz.de)

### Tanztreff

Armin Dähne  
Südallee 46, 56068 Koblenz  
Tel: 0261/16206  
eMail: [A.Daehne@rsg-koblenz.de](mailto:A.Daehne@rsg-koblenz.de)

### Teenie-Tanzgruppe

Andrea Naumann  
Telefon 015115143288  
[Andrea.Naumann@rsg-koblenz.de](mailto:Andrea.Naumann@rsg-koblenz.de)

### Tischtennis

Alex Nicolay (siehe Vorstand)

### Sportarzt

Dr. H.-D. Lang  
c/o Gesundheitszentrum Evang. Stift  
Johannes-Müller-Straße 7  
56068 Koblenz  
Tel. 0261/1371-627

### Presse/Internet

Herbert Müller (siehe Vorstand)

Aktiv dabei sein!

## 40 Jahre Rollstuhlsport in Koblenz

1969 - 2009



## Rollstuhl- Sportgemeinschaft Koblenz e.V.

Sport im Rollstuhl

- macht fit

- hält fit

- macht Spaß

### Neu:

Mutter+Rollkind-Gruppe  
von ca. 3 - 6 Jahre

Hallenboccia

Teenie-Tanzgruppe

## Wenn Sie Rollstuhlfahrer sind

...sollte Ihnen die Erhaltung Ihrer Gesundheit und Leistungsfähigkeit ganz besonders am Herzen liegen.

## Werden Sie Rollstuhlsportler!

ROLLSTUHLSPORT wurde speziell für Rollstuhlfahrer entwickelt. Er fördert die körperliche Leistungskraft und beugt den Folgeerkrankungen der Behinderung wirksam vor.



ROLLSTUHLSPORT ist in vielen Varianten möglich. Jeder findet die Sportart, die ihm am meisten Spaß macht, ganz gleich, ob er den Sport wettkampfartig betreiben will oder nicht.



ROLLSTUHLSPORT ist ein unverzichtbarer Bestandteil der Rehabilitation. Bei Querschnittgelähmten beginnt die Sporttherapie beispielsweise bereits in der Klinik und sollte auch anschließend fortgesetzt werden.

ROLLSTUHLSPORT vermittelt Kontakte, stärkt das Selbstvertrauen und fördert die Integration in die Gesellschaft



## Deshalb: Kommen Sie zu uns!

Unsere aktiven Mitglieder nehmen Entfernungen von zum Teil mehr als 100 km in Kauf, um Rollstuhlsport betreiben zu können. Besuchen Sie uns doch einmal und schauen Sie unseren Sportlern zu. Sie werden sehen, welche Freude Sport machen kann.

## Übrigens...

...lediglich ein Viertel unserer Mitglieder betreibt den Sport leistungsmäßig und nimmt an Wettkämpfen teil. Sie sind ebenso herzlich willkommen, wenn Sie "nur" zur Erhaltung Ihrer Gesundheit und aus Freude an der sportlichen Bewegung mitmachen möchten.

## Unser Sportangebot:

**Basketball**  
**Boccia**  
**Bogenschießen**  
**Handbike**  
**Kegeln**  
sowie

**Leichtathletik**  
**Rugby**  
**Schwimmen**  
**Tanzen**  
**Tischtennis**

**Kreislauftraining**  
**Zirkeltraining**  
**Gruppengymnastik**  
**Kindersport**  
in altersgemäßen Gruppen  
ca. 6 -14 Jahre, ältere  
und **neu** seit 2009:  
**Mutter+Rollikind-Gruppe**

für unsere Jüngsten  
von ca. 3 - ca. 6 Jahre.

Denn man kann nicht früh genug anfangen.



## Je früher desto besser!

### Neu:

**Mutter+Rollikind-**  
Gruppe mit Kindern  
von ca. 3 - 6 Jahren  
Den Umgang mit dem  
Rollstuhl so früh wie  
möglich lernen und ihn  
als selbstverständliches  
Hilfsmittel zu betrachten.  
Das ist das Ziel, das wir mit der  
neuen Gruppe für die ganz kleinen anstreben.



Mutter und Kind-Turnen ist weit verbreitet und manche Rolli-Kinder nehmen mit ihren Müttern daran auch teil. Aber sie bleiben immer "weiße Pinguine" in einer Gruppe von schwarz gefärbten. Bei uns gibt es bereits zwei Kinder- und Jugendgruppen von ca. 6 -14 Jahren und darüber. Dort wird in spielerischer Weise der Umgang mit dem Rollstuhl und der Kontakt mit anderen betroffenen Kindern erlernt. Die ganz kleinen stellen aber andere Ansprüche, eben ihrem Alter gemäß.

Seit Anfang 2009 trifft sich einmal pro Woche freitags die Mutter+ Rollikind-Gruppe in Koblenz. Gruppenleiterin ist eine Erzieherin, die ihre berufliche Erfahrung in einer Kita mit Kindergarten mit behinderten Kindern einbringt. Zur Zeit sind vier Kinder dabei. Auf Dauer soll es eine Gruppe von 6-10 Kindern werden, damit diese groß genug ist, um regelmäßig stattzufinden, so groß, dass die Stunden nicht ausfallen, wenn mal ein Kind fehlt.



Wir glauben, dass ca. 1 Stunde eine gute Zeit ist. Für eine kürzere Zeit würde es sich nicht lohnen und länger als 1 Stunde könnte für die Kleinen u. U. zu lange sein.

Wer möchte mitmachen?  
Interessierte Eltern bitte  
melden, Eltern von älteren  
Kindern mit Kontakt zu

anderen Eltern mit kleineren betroffenen Kindern  
Information bitte weitergeben. Auch Physiotherapeuten und andere Interessierte können Flyer zum Auslegen jederzeit bei uns anfordern.