

ديه يوت كا - فاو إف إل بيلربيك 1912 ج.م.

النادي والعروض



EIN GUTER ORT FÜR SPORT

المكتب
ديه يوت كا - فاو إف إل بيلربيك 1912 ج.م.
بانهوفشتراسه 5
48727 بيلربيك

الهاتف: 02543 930930
فاكس: 02543 930931

البريد الإلكتروني: info@djk-vfl.de

أوقات العمل:

الثلاثاء، بين الساعات 17-19
الجمعة، بين الساعات 15-17
(باستثناء العطلات المدرسية)

مجلس الإدارة

البريد الإلكتروني: praesidium@djk-vfl.de

المديرة الإدارية كاتارينا آلبيرس

البريد الإلكتروني: katharina.ahlers@djk-vfl.de
الهاتف: 0179 4206186

يمكن الاطلاع على جميع المعلومات
والتواصل عن مسؤولي الاتصال على
موقعنا الإلكتروني:
www.djk-vfl.de

نادينا على مواقع التواصل الاجتماعي:
فيسبوك: djkvfl1912@
إنستغرام: djkvflbillerbeck@

دورات اللياقة ودورات تعزيز الصحة

نوفر مجموعة واسعة من دورات اللياقة ودورات تعزيز الصحة:

ومن بينها: تدريب اللياقة البدنية للرجال والسيدات،
وتدريب اللياقة البدنية في غرفة الأثقال، والرقص
الاجتماعي لمن يزيد سنهم عن 50 عامًا، وقوة التحمل،
وتماري بيلاتس، والدوران، واليوجا، والجمباز العمودي
واللياقة البدنية، وشكل الجسم، والخطوات والبطن
والساق والأرداف، واللياقة البدنية الوظيفية، وتدريب
الظهر والباليه.

يمكن حجز دوراتنا لتعزيز الصحة كل ستة أشهر لأعضاء
النادي مقابل دفع مبلغ إضافي أو مقابل رسوم الدورة
فقط لغير الأعضاء.

الرياضات التأهيلية - العظام، القلب، الرئة رعاية متابعة مرضى السرطان

سواء كانت الرياضة التأهيلية تخص العظام أو رياضة
الحفاظ على الرئتين أو رياضات تعزيز القلب أو الرياضة
التأهيلية في رعاية متابعة مرضى السرطان، فالرياضة
التأهيلية هي دورة لتعزيز الصحة تحت إشراف مهني لكل
من يعانون من شكاوى جسدية ويريدون اتخاذ خطوة تجاهها.

يغطي التأمين الصحي دورة التأهيل بنسبة 100%.
ويشترط لذلك وصفة طبية من الطبيب المعالج. وبعد
ذلك، عليك فقط الحصول على هذه الوصفة الطبية
لخمسين وحدة تمرين (عادةً) بتأكيد من شركة التأمين
الصحي الخاصة بك من أجل أن تتمكن من البدء معنا.

يمكن الاطلاع على أوقات التدريب والمزيد من
المعلومات على:

www.djk-vfl.de/rehasport

الكاراتيه

يشمل الكاراتيه دوجو أوقات تدريب للأطفال والمراهقين والبالغين بالإضافة إلى الاستعداد للاختبارات والمنافسة.

العب القوى والرياضات الشعبية والجمباز

بالإضافة إلى التدريب على ألعاب القوى للأطفال وصغار السن، يقدم قسم ألعاب القوى والرياضات الجماعية والجمباز لدينا أيضًا مجموعات جمباز للآباء والأطفال. وهناك أيضًا مجموعات للرياضات الشعبية ومجموعات لياقة بدنية للسيدات ومثلها لكبار السن ومجموعات إنديكا.

الرمية

يتدرب الرماة لدينا من صغار السن والبالغين في ميدان الرماية في الحديقة الرياضية. ويشارك الكثيرون في مباريات تنافسية.

التنس

تتنافس عدة فرق للشباب والسيدات والرجال وتتدرب على ملاعب نادينا في رياضة التنس.

تنس الطاولة

تتدرب فرق من كبار السن والسيدات والرجال والناشئين ويتنافسون في لعب مباريات تنس الطاولة.

الترامبولين

تتوفر فرص تدريبية في الرياضات الشعبية والتنافسية، وخاصة للأطفال وصغار السن.

كرة الطائرة

توجد مجموعة شبابية من الجنسين ومجموعة رجالية ومجموعة هاوية مختلطة في رياضة كرة الطائرة. وتتنافس بعض الفرق أيضًا في المباريات.

يمكنك الاطلاع على المزيد من المعلومات حول أوقات التدريب وجميع العروض وبيانات الاتصال الخاصة بالمسؤولين عن التواصل على www.djk-vfl.de

المزيد من العروض

الشارة الرياضية الألمانية

يُقدّم مركز هيلكر بيرج الرياضي خلال فصل الصيف التدريب واختبار الحصول على الشارة الرياضية الألمانية لجميع الفئات. والمشاركة مجانية. ويُعقد حفل تسليم الشارات الرياضية مرة في العام.

اللياقة البدنية وتعزيز الصحة لموظفي الشركات والمؤسسات

نوفر للشركات فرصة حجز عروض مختلفة (التدريب بعد العمل، وفترات راحة لممارسة الرياضة، وورش عمل لتعزيز الصحة، وبناء الفريق، وما إلى ذلك).

تنس الريشة

يوفر قسم تنس الريشة تدريبات للأطفال وصغار السن واللعب الحر لجميع الفئات العمرية.

كرة السلة

هناك تدريب في كرة السلة للفتيان والفتيات في سن الشباب الذين يتنافسون أيضًا في المباريات.

السهام المريشة

التدريب على لعبة السهام المريشة متاح لجميع المهتمين، بغض النظر عن العمر أو النوع.

كرة القدم

لدينا في كرة القدم حاليًا 30 فريقًا تقريبًا في أفرع الرجال والنساء وكرة القدم بالمشي، بالإضافة إلى فرق الشباب والإناث في جميع الفئات العمرية تقريبًا.

كرة اليد

يتدرب لدينا فريق من الشباب في كرة اليد.

الجودو

يوفر قسم تاكوغاوا دوجو تدريبًا في مجالات الفنون القتالية: الجودو، والكاراتيه دو، وإيبدو، وبوجيتسو، وجوجيتسو الياباني، وأرنيس.

