



### Gemeinsam aktiv

- ✓ Wir bieten individuelle Beratung und Betreuung, damit Sie das passende Angebot für sich finden.
- ✓ Dank bester Ausbildungen unserer Trainer bieten wir einen hohen Qualitätsstandard in allen Sparten.
- ✓ Wir sichern die Qualität unserer Arbeit durch Professionalität und Konstanz unserer Angebote.

### CariFit Sport- & Gesundheitsförderung

✓ **Anerkannte Zertifizierung als Leistungserbringer für ambulanten Rehabilitationssport in den Sparten:**

- Gymnastik und Entspannung
- Sport- und Bewegungsspiele
- Leichtathletik

✓ **Zusätzliche Leistungen und Angebote wie z.B.**

- Fitness-Training in Gruppen oder Einzeltraining
- Mobilisations- und Funktionstraining
- Entspannungstraining



# CariFit

## Sport- & Gesundheitsförderung

Individuell – Professionell – Nachhaltig



### Kontakt

**Caritasverband für die Stadt Köln e.V.**  
Caritas Wertarbeit  
CariFit, Sport- und Gesundheitsförderung

Frohnhofstraße 41, 50827 Köln

[www.caritas-koeln.de](http://www.caritas-koeln.de)  
[www.caritas-wertarbeit.de](http://www.caritas-wertarbeit.de)

**Ihr Ansprechpartner:**  
Christian Dalka  
Tel.: 0221 59701-33  
E-Mail: [christian.dalka@caritas-koeln.de](mailto:christian.dalka@caritas-koeln.de)

### Bei uns bekommen Sie Qualität

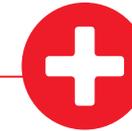


Caritas Wertarbeit ist als gesamtes Unternehmen zertifiziert nach DIN ISO 9001:2008.

## CariFit Sport- & Gesundheitsförderung

- ✓ Unsere sportpädagogischen Förderprogramme werden von hauptamtlichen Diplom-Sportwissenschaftlern entwickelt und organisiert.
- ✓ Individuell abgestimmt auf die Teilnehmer bieten wir sowohl Einzelfördermaßnahmen, Fitness-Training als auch in großem Umfang Rehabilitationssport an.

Sie haben die Möglichkeit, die Angebote zu testen und dann zu entscheiden. Gerne beraten wir Sie persönlich. Tel.: 0221 59701-33



### Unsere Standorte in Ihrer Nähe:

- Turnhalle Caritas Wertarbeit - Gut Frohnhof  
50827 Köln-Ossendorf
- Turnhalle Caritas Wertarbeit - CariPrint  
50829 Köln-Ossendorf
- Turnhalle Caritas Wertarbeit - Clara-Fey-Haus  
51103 Köln-Kalk

**Hier werden Sie individuell beraten und betreut von unserem CariFit-Team.**

## In Bewegung kommen – in Bewegung bleiben

### Unser Angebot für Sie - Wählen Sie aus:

Sie haben ein gültiges Rezept zum ambulanten Rehabilitationssport? Dann bieten wir Ihnen gerne die Möglichkeit der Teilnahme an einer unserer RehaSportGruppen z.B.

- **Wirbelsäulen-Gymnastik**
- **Entspannung**
- **Bewegungs- und Sportspiele**
- **Lauftraining**

➔ Dafür müssen Sie keine Mitgliedschaft eingehen und haben auch später noch vielfältige Möglichkeiten, bei uns aktiv zu bleiben.

