

Diese Flyer können  
Sie umseitig bestellen!



## Regionale Ansprechpartner für Vereine und Veranstaltungen in den Regionen

<b>Baden/Pfalz/Saar</b>	E-Mail: <a href="mailto:baden@vdes.org">baden@vdes.org</a>
<b>Bayern Nord</b>	E-Mail: <a href="mailto:bayernnord@vdes.org">bayernnord@vdes.org</a>
<b>Bayern Süd</b>	E-Mail: <a href="mailto:bayernsued@vdes.org">bayernsued@vdes.org</a>
<b>Hessen</b>	E-Mail: <a href="mailto:hessen@vdes.org">hessen@vdes.org</a>
<b>Nord</b>	E-Mail: <a href="mailto:nord@vdes.org">nord@vdes.org</a>
<b>Nordrhein</b>	E-Mail: <a href="mailto:nordrhein@vdes.org">nordrhein@vdes.org</a>
<b>Ost</b>	E-Mail: <a href="mailto:ost@vdes.org">ost@vdes.org</a>
<b>Sachsen</b>	E-Mail: <a href="mailto:sachsen@vdes.org">sachsen@vdes.org</a>
<b>Thüringen</b>	E-Mail: <a href="mailto:thueringen@vdes.org">thueringen@vdes.org</a>
<b>Westfalen</b>	E-Mail: <a href="mailto:westfalen@vdes.org">westfalen@vdes.org</a>
<b>Württemberg</b>	E-Mail: <a href="mailto:wuerttemberg@vdes.org">wuerttemberg@vdes.org</a>

## VDES Sport der Bahn

-  Mitarbeiter + Sport
-  Bezirke + Vereine
-  Gesundheit + Prävention
-  Bildung + Aktivurlaub

Infos unter [www.vdes.org](http://www.vdes.org)

Per Fax an 069 27227729

Verband Deutscher Eisenbahner-Sportvereine e. V.  
Niddastraße 52 · 60329 Frankfurt/Main  
Telefon 069 272277-0 · Fax 069 272277-29  
E-Mail: [eisenbahnersport@vdes.org](mailto:eisenbahnersport@vdes.org) · Internet: [www.vdes.org](http://www.vdes.org)

09/2017

Anerkannte Betriebliche Sozialeinrichtung der 



## DB Mitarbeitersport / Sportevents

- DB Cups in verschiedenen Sportarten
- VDES-Meisterschaften
- Internationale Eisenbahner-Meisterschaften
- Firmenläufe deutschlandweit
- Aktiv- & Bildungsurlaub

## Vereinswelt ESV

- Ca. 300 Eisenbahner-Sportvereine
- 11 Bezirke
- 112.000 Mitglieder
- Mehr als 75 Sportarten

## Gesundheit & Prävention

- Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF)
- Beratung und Information
- Konzeption und Projektleitung
- Evaluation
- Individuelle Gesundheitsförderung (IGF)
- Kurse und Seminare

## Fitnesskooperationen

- Sonderkonditionen für DB-MitarbeiterInnen und ESV-Mitglieder mit führenden Fitness-Studioanbietern. Weitere Informationen finden Sie auf unseren Internetseiten. [www.vdes.org](http://www.vdes.org)

## VDES-TOP10 ... ... für Fitness und Gesundheit

- Der VDES entwickelt, gestaltet und veröffentlicht – in der Reihe TOP10 für mehr Fitness und Gesundheit – Faltblätter, Poster und Online-Medien. Erstellen Sie sich Ihr individuelles Übungsprogramm und bestellen die gewünschten Faltblätter mit beiliegendem Coupon.

## Ansprechpartner Gesundheit & Prävention

Zu allen Fragen aus dem Bereich Betriebliche Gesundheitsförderung wenden Sie sich gerne an das Sportmanagement.  
**E-Mail: [info@spugnet.vdes.org](mailto:info@spugnet.vdes.org)**



### Per Post an VDES - Niddastraße 52 - 60329 Frankfurt/Main

- Bitte senden Sie mir  Exemplare der Broschüre „Freizeit Aktiv“  
 Exemplare des Flyers „DENKFIT TOP 10“  
 Exemplare des Flyers „FAHRFIT TOP 10“  
 Exemplare des Flyers „MOBILFIT TOP 10“  
 Exemplare des Flyers „THERAFIT TOP 10“  
 Exemplare des Flyers „RÜCKENFIT TOP 10“  
 Exemplare des Flyers „BÜROFIT TOP 10“

Name	Vorname
Straße/Nr.	PLZ/Ort
Datum	Unterschrift