

NEU !! Reha-Sport (Schwerpunkt Orthopädie) bei der SKG Gablenberg!

Regelmäßige Bewegung ist der wichtigste Faktor zur Erhaltung unserer Gesundheit!

Reha-Sport hat viele positive Auswirkungen auf unsere Gesundheit: Reha-Sport kräftigt die Muskulatur, vermindert Alltagsbeschwerden und kann krankheitsbedingten Folgeschäden entgegenwirken. Weiterhin trägt der Reha-Sport zur sozialen und psychischen Stabilisierung bei.

Im Reha-Sport Kurs gehen wir gezielt auf die bestimmten Muskel- und Gelenkprobleme ein und versuchen die Beschwerden zu verbessern. Die ausgebildete Kursleiterin Antje Schoknecht hilft alle Bewegungen richtig auszuführen und begleitet sie durch das gesamte Training.

Dieser Kurs kann auch mit entsprechender Verordnung (Funktionsgymnastik) von der Krankenkasse besucht werden.

Der Kurs findet ab 16. Januar 2018 dienstags um 9.30 Uhr und donnerstags um 17.00 Uhr in der SKG Sporthalle Albert-Schäffle-Straße 6, 70186 Stuttgart statt.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich!

Infos bei: Geschäftsstelle Gabi Hezinger, Telefon: 0711 - 46 87 823

E-Mail: info@skg-gablenberg.de