

Orthop. Übungsgruppe

Donnerstags von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr
im Sportraum des MTV Moringen
Amtsfreiheit 6

Wir bieten gezieltes Training zur Rehabilitation bei orthop. Erkrankungen (z.B. Wirbelsäulen-Erkrankungen, Osteoporose, Bechterew, Endoprothesen). Alles dient der Verbesserung der körperlichen Gesundheit und des Wohlbefindens. Dazu akzeptieren wir die ärztlichen Verordnungen für Rehabilitationssport

Die Gruppe ist auch offen für präventives Rückentraining.

Spezielle Übungen zur Mobilisation, Kräftigung, Koordination und Körperwahrnehmung verbessern die Haltung und Beweglichkeit.

Übungsleiterin ist Physiotherapeutin Frau Ines Heinrich.

Informationen und Anmeldungen an die MTV Geschäftsstelle Tel. 05554-1388 oder 05554-995424 (Heinrich)

Erster Übungsabend ist Donnerstag, der 01. Oktober 2009.