

OrthoFIT - Rehabilitationssport

OrthoFit steht für ein ganzheitliches Bewegungstraining mit dem Schwerpunkt auf orthopädischen Grunderkrankungen. Im Fokus stehen die Mobilisation und Kräftigung der großen Gelenke und Muskelgruppen sowie die Optimierung Ihrer koordinativen Fähigkeiten.

Unser Ziel ist es, Ihnen ein funktionelles Training an die Hand zu geben, von dem Sie im Alltag profitieren und Sie wieder Freude und Spaß an der Bewegung haben.

In verschiedenen wechselnden Trainingspositionen (Sitz/Stand/Matte) werden Sie von unseren erfahrenen Therapeutinnen gefördert, betreut und gefordert.

Maximale Teilnehmerzahl: 8

Kursleitung:

Rebecca Scheck, Physiotherapeutin AGAPLESION BETHESDA ULM
DOSB Übungsleiterin B Sport in der Rehabilitation

Nadine Barth, Physiotherapeutin der AGAPLESION BETHESDA ULM
DOSB Übungsleiterin B Sport in der Rehabilitation

Donnerstags, 16:00 bis 16:45 Uhr AGAPLESION BETHESDA ULM

Wir empfehlen Ihnen vor Kursbeginn eine Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt.

Kursnummer 840100-1