



## Stürzen kann Jeder- dagegen etwas tun auch!

Rückblickend auf das letzte Jahr:

- Hatten Sie einen oder mehrere Stürze?
- Oder „Beinahe Stürze“?
- Sind Sie unsicher beim Gehen?
- Haben sie Schwindelanfälle/Schmerzen und dadurch eine Gangunsicherheit?

Dieser Kurs soll Ihnen eine Gelegenheit bieten, Ihre Möglichkeiten für ein sicheres Gangbild zu verbessern. Werden Sie mobil und unabhängig mit dem richtigen Training von Kraft, Ausdauer und Gleichgewicht.

Beginn der Kursreihe:	17.Oktober jeweils Donnerstags 17:00
Dauer:	10 Einheiten a 60 Minuten
Ort:	NMS (NeueMittelSchule) Pamhagen großer Turnsaal
Mitzubringen:	bequeme Kleidung und Turnschuhe
Kosten:	100, - Euro

**Interessant zu WISSEN:** Sie haben die Möglichkeit diesen Kurs, falls eine entsprechende Diagnose besteht, durch Ihren Arzt verordnen zu lassen. Dazu benötigen Sie eine physiotherapeutische Verordnung zu einer Gruppentherapie. Entsprechend der tarifmäßigen Kostenerstattung Ihrer Krankenkasse bekommen Sie auf Vorlegung der Verordnung, der Honorarnote und des Zahlungsbelegs einen Teil der Kurskosten rückerstattet.

**Auf Ihr Kommen freue ich mich schon sehr!**

**Kontakt:**

**Manuela Weinzettl Physiotherapeutin 0680 3262819**