

Präventionskurse „Aqua – Fit Gymnastik“ im Klinikum Freising

08. Dezember 2011: Die nächsten Präventionskurse Aqua – Fit Gymnastik für das 1. Halbjahr 2012 im Klinikum Freising beginnen am 30. und 31. Januar sowie am 01. Februar. Dabei handelt es sich um 8 Abende je 45 Minuten, immer montags, dienstags und mittwochs ab 16.00 Uhr oder 16.30 Uhr. Die Kursgebühren betragen 80 Euro und werden von den meisten Krankenkassen mit circa 80 Prozent bei regelmäßiger Teilnahme (d.h. bei 75 Prozent Teilnahme der Abende) bezuschusst.

Bei den Kursen handelt es sich um Bewegungstraining im Wasser für die untere Extremität und für die Rückenmuskulatur.

Wasser ist ideal, um Muskulatur aufzubauen. Die Auftriebskraft entlastet die Gelenke und der Wasserwiderstand ermöglicht gut dosierte, dynamische Übungen. Wie schön, dass Wasser auf uns Menschen auch noch sehr entspannend wirkt. Training und Spaß lassen sich also wunderbar mit einander verbinden.

Genießen Sie es!

Interessierte sollten sich bereits jetzt bei Joachim Maroski, stellvertretender Leiter der Physiotherapie oder bei Teamassistentin Fr. Wippert anmelden unter der Telefonnummer 08161/ 24-4190.

Pressekontakt:

Karin Steininger

Klinikum Freising GmbH

Alois-Steinecker-Str. 18

85354 Freising

Tel.: 08161/ 24-3005

Mobil: 0172/8683408

Fax: 08161/ 24-3099

pr@klinikum-freising.de

Das Klinikum Freising ist ein akademisches Lehrkrankenhaus der Technischen Universität München. In neun medizinischen Abteilungen mit 353 Betten werden jährlich rund 17.000 Patienten versorgt. Das Klinikum bietet das klassische Spektrum an operativer und konservativer Medizin und ist durch ein Linksherzkatheterlabor, komplette radiologische Diagnostik und eine eigene Schlaganfallereinheit erste Adresse in der Notfallversorgung. Darüber hinaus bestehen Therapiemöglichkeiten in den Bereichen Wirbelsäulen Chirurgie, Palliativmedizin, Lymphangiologie und Psychosomatik. Durch die Kooperation mit dem Klinikum Rechts der Isar der Technischen Universität München können den Patienten zusätzliche Leistungen angeboten werden. Das Klinikum ist nach DIN EN ISO 9001:2000 zertifiziert. Es hat die Rechtsform einer GmbH, Geschäftsführer ist Dr. Harald Schrödel. Einziger Gesellschafter ist der Landkreis Freising, der durch den Landrat Michael Schwaiger vertreten wird. Weitere Informationen unter www.klinikum-freising.de.