

Gesundheitstage im Strelapark vom 15.–17.05.2013

Montag 13. Mai 2013

Uhlenhaus Sportverein bietet kostenlose Schnupperkurse für alle Sportinteressierten an

Ganzheitliches Körpertraining nach der Pilates-Methode

Entspannende Bewegungen beim Qi Gong

Die Uhlenhaus® Group freut sich darauf in diesem Jahr zum ersten Mal an den jährlich stattfindenden Gesundheitstagen teilzunehmen, welche in Zusammenarbeit von DAK und SRELAPRK organisiert werden.

Gerne laden wir Sie zum Mitmachen ein. Sie haben die Möglichkeit, kostenlos an einem oder mehreren Schnupperkursen teilzunehmen, welche von unseren erfahrenen Rehasporttrainern durchgeführt werden. Damit Sie Ihre ersten Übungen nicht mitten im Einkaufszentrum machen müssen, finden die Kurse in einem separaten Raum im oberen Bereich des STRELAPARKS statt, sodass niemand Scheu vor dem Mitmachen zu haben braucht. Dort bietet sich auch die Gelegenheit zum Umzuziehen.

Sollte kein Interesse am "aktiven Schnuppern" bestehen, so können Sie hier auch Ihre Fragen stellen, welche Sie schon lange interessiert haben.

Weiterhin können Sie sich an unserem Stand über die weiteren Bereiche der Uhlenhaus® Group, wie z.B. dem Ambulanten Pflegedienst mit dem neu eingeführten Quartiersnotruf, dem Betreuungsdienst, unseren Tagespflegen mit den Schwerpunkten Demenz und Altersmedizin, dem Uhlenhaus Sportverein, den Rehazentren, den Spezialeinrichtungen Memo Clinic® und KNIEPERHAUS® u.v.m. informieren. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Damit Sie sich zeitlich einstellen können, finden sie hier den Terminplan für die Schnupperkurse kurz aufgelistet:

Mittwoch 15.05.2013

Thema: Rückenschule

Beginn: 11.00 Uhr

Leitung: Sebastian Reitmann (Physiotherapeut und Rehasporttrainer)

Thema: Tai Chi und Qi Gong

Beginn: 14.00 Uhr

Leitung: Petra Dunkel (Rehasporttrainerin, Tai Chi und Qi Gong Lehrerin)

Donnerstag 16.05.2013

Thema: Hatha Joga

Beginn: 11.00 Uhr

Leitung: Olaf. H. Waehnke (Ergotherapeut, Rehasporttrainer, Pilates- und Yogalehrer)

Thema: Pilates

Beginn: 15.00 Uhr

Leitung: Ulrike Heidenreich (Ergotherapeutin, und Pilateslehrerin)

Freitag 17.05.2013

Thema: Rückenschule

Beginn: 14.00 Uhr

Leitung: Matthias Pagel (Physiotherapeut und Rehasporttrainer)

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Sollten schon Fragen im Vorfeld auftreten, steht Ihnen das Team des Rehazentrums am Uhlenhaus mit Rat zur Seite. Kontakt:

Rehazentrum am Uhlenhaus

Knieperdamm 7a

18435 Stralsund

Tel.: 03831 - 35 69 80

Fax: 03831 - 30 49 51

E-Mail: info@reha.uhlenhaus.de