



90 Minuten für Deine Gesundheit und Dein Wohlbefinden

Ab dem 28.09.2022 findet unser neuer **Präventionskurs** aus dem Bereich **Haltung und Bewegung - Sturzprävention** - statt:

Wann: mittwochs von 09.30 bis 11.00 Uhr

Wo: Vereinsheim des BSV Roxel e. V.
Tilbecker Str. 34, 48161 Münster

Dauer: 10 Termine

Kosten: 95 Euro
(Die Krankenkassen übernehmen bis zu 80 Prozent der Kosten)

Leitung: Susanne Ackmann (Fachübungsleiterin Präventionssport)

Für wen ist der Kurs geeignet?

für Erwachsene ab 60 Jahren, die

- langfristig ihre Selbstständigkeit erhalten wollen,
- ihre subjektive Gangunsicherheit verlieren wollen,
- sich aber im Alltag noch problemlos bewegen, sitzen und stehen können.

Anmeldung:

- per E-Mail: reha@bsvroxel.de
- telefonisch unter 02534-972738 (nur dienstags von 10 bis 12 Uhr)
- oder persönlich in der Geschäftsstelle (nur dienstags von 10 bis 12 Uhr)

Die Erste Stunde kann kostenfrei als Schnupperstunde genutzt werden.