



Tauferer
Ahrntal
Valli di Tures
e Aurina

GESUNDHEIT

25.10.2011 - 20.12.2011 (kein Kurs am 01.11.2011 - Allerheiligen)

Schule für den Rücken

Projekt Gesunde Gemeinde

18.30 Uhr - 19.30 Uhr, 8 EH, jeweils dienstags

Rückenschmerzen sind so alt wie die Menschheit selbst. Die veränderten Lebens- und Arbeitsbedingungen in den letzten Jahrzehnten haben die Ausbreitung der Rückenschmerzen jedoch noch verstärkt. Während im vorigen Jahrhundert noch körperliche Arbeit im Vordergrund stand, ist das Leben heute von sitzender Tätigkeit, Bewegungsmangel und Fehlhaltung am Arbeitsplatz geprägt. Hinzu kommen in zunehmendem Maße psychische und soziale Belastungen.

Das Anliegen der Gemeinde und der Stiftung Vital ist es nun, in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband deutscher Rückenschulen e.V., die Stärkung der Rückengesundheit in den Mittelpunkt zu stellen. Die neue präventive Rückenschule setzt auf die Prävention von Rückenschmerzen, sie bietet Hilfe zur Selbsthilfe und leistet damit einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsförderung.

Ort:

Fitnessstudio Activfit, Sand in Taufers

Referent:

Fitnessstudio Activfit, Sand in Taufers

Kursbeitrag: 49,00 € (inkl. MwSt.)

In Zusammenarbeit mit der Marktgemeinde Sand in Taufers und dem Fitnessstudio Activfit.



Deutsche Kultur

Für Informationen und Anmeldung:
Leader Koordinationsstelle
0474 677 543 info@leader-tat.com