

SV München-Laim e.V. seit 1910

Der Sportverein in Ihrer Nähe.



Rehabilitatives Fitnesstraining

Sie haben Ihre Medizinische Heilbehandlung bzw. Physiotherapie abgeschlossen, haben aber leider keine Rezepte mehr, wollen aber weiterhin Ihre REHA voranbringen ?
Damit haben Sie die richtige Entscheidung getroffen und wir helfen Ihnen gerne dabei !
Rehabilitatives Fitnesstraining fördert Ihre weitere Heilung und fördert zusätzlich nicht nur das körperliche Wohlbefinden, sondern wirkt auch vorbeugend und heilend bei Gelenksknorpelschäden, Arthrose und Herz- / Kreislaufkrankungen.

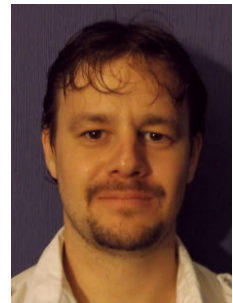
Im Einzelnen :

- Prophylaxe gegen Verletzungen
- Stabilisierung des Rumpfes und Knie
- Mobilisation der Wirbelsäule, Hüfte und Sprunggelenke
- Wiederherstellung fundamentaler Bewegungsmuster
- Verbesserung der Körperwahrnehmung
- Verbesserung der Koordination
- Beseitigung von muskulären Dysbalancen und Dysfunktionen
- Verbesserung der alltags- und sportsspezifischen Belastbarkeit

Termine :

Montags, 15:00 - 15:55 Uhr, Hallenteil 3, Peter Balogh

Mittwochs, 15:00 - 15:55 Uhr, Hallenteil 3, Natalia Herz



Infos unter : www.svlaim.de

E-Mail : info@svlaim.de

Wir freuen uns auf Sie !



Wenn Sie über Termine oder Ereignisse auf Ihrem Smartphone via WhatsApp von uns informiert werden wollen, schicken Sie an die Nummer 0177 / 2352263 eine Nachricht mit Ihrem Vor- und Nachnamen unter dem Stichwort "SV Laim". Bitte speichern Sie die Nummer unter SV Laim ab. Falls Sie keine Nachrichten mehr erhalten wollen, schicken Sie einfach ein „Stopp“.

WIR MACHEN SPORT.