

Gymnastik-Angebot

Inhouse-Schulung: Welche Hilfs- und Sportgeräte sind wirklich wichtig!

Smoveys: das optimale Vibroswingssystem. Klein, handlich, effektiv und effizient. Koordination, Lösen von Verspannungen, Kräftigung und Kondition. Für jedes Alter und bei fast jedem Handicap.

Thera-Band: auf die richtige Stärke kommt es an. Optimale Übungen, Minutentraining und Partnerarbeit. Lassen Sie sich überraschen, was dieses Band alles kann.

Gymnastik-Stäbe: für Partnerarbeit, Haltungsübungen und Haltungsschulung sehr effektiv.

Gymnastik-Bälle: griffig, leicht und spaßig. Die Bälle benutzen wir für Gruppenarbeit, Einzeltraining und Koordination.

Nach einer kurzen Einführung stellen wir die einzelnen Übungen vor und erklären, wie man die Geräte optimal einsetzt. Personen- und gruppenbezogen erhalten Sie ein Hand-Out, mit dem Sie sich auf die jeweilige Gruppe oder den einzelnen Bewohner einstellen können.

Optimale Gruppengröße: 6-10 Personen.

Dauer: insgesamt 3 Stunden
Kosten: € 250,-- zzgl. USt. und Fahrtkosten.

Wir beraten Sie gerne beim Kauf oder bieten Ihnen das optimierte Set an.

Fitnesspaket:

10 Paar Smoveys inkl. 1 DVD und Beschreibung
10 Gymnastikstäbe
20 Therabänder in verschiedenen Stärken
10 Gymnastikbälle
Kosten: € 1.499,-- (incl. USt.)

Steuer-Nummer 65259/17124 FA Heilbronn
Übungsleiter Reha-Sport für Neurologie und Orthopädie
Mitglied im Bundesverband Deutscher Präventologen e.V.

Bankverbindung: IBAN: DE85 6209 0100 0127 0070 32, BIC: GENODES1VHN