Neues Angebot der DMSG-Niedersachsen: Funktionstraining als Hybrid-Kurs (in Präsenz & online) in Bispingen

Liebe Interessierte,

Funktionstraining ist ein Training mit bewegungstherapeutischen Übungen, das speziell für Menschen mit Multiple Sklerose (MS) entwickelt wurde. Es dient der Erhaltung und Verbesserung der motorischen Funktionen und wird nur von speziell geschulten Funktionstrainern/-trainerinnen der Deutschen Multiple Sklerose Gesellschaft (DMSG) durchgeführt. Das Trainingsprogramm kann jeweils an die individuelle Gesundheitssituation des Teilnehmenden angepasst werden.

Durch Funktionstraining können Sie…

- ✓ Kondition, Koordination und Beweglichkeit verbessern,
- ✓ Mobilität erhöhen, Gehfähigkeit verbessern, Gehstrecke verlängern,
- ✓ Leistungsfähigkeit im Alltag erhöhen,
- ✓ Stimmung verbessern,
- ✓ Selbstbewusstsein stärken,
- ✓ andere Menschen mit MS kennenlernen und sich austauschen,
- ✓ für das selbstständige sportliche Training motiviert werden.

Prof. Dr. med. Peter Berlit, Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) betont: „Aus medizinischer Sicht ist das Funktionstraining von enormer Wichtigkeit für MS-Patienten. Es geht hier nicht um ein Fitnesstraining zum Konditionsaufbau, sondern darum, gezielt krankheitsbedingten Funktionsverlusten entgegenzuwirken. Auch die Fatigue kann durch das Training gebessert werden."

Ab Dienstag, dem 03.05.2022 findet Funktionstraining als Hybrid-Kurs wöchentlich im ImPuls fit & aktiv gesund in Bispingen statt und kann vom Hausarzt oder Neurologen verordnet werden (Muster 56). Melden Sie sich bei der DMSG und erfahren Sie mehr zu Anmeldung, Verordnung und den Kosten für zusätzliche Trainingszeit. Sie können auch ohne Mitgliedschaft bei der DMSG am Funktionstraining teilnehmen – Der Verband der Ersatzkassen begrüßt die Mitgliedschaft ihrer Versicherten in der DMSG – und wir freuen uns ebenfalls über neue Mitglieder ☺

<u>Alles Wichtige auf einen Blick:</u>

Kursort:	ImPuls fit & aktiv gesund | Trift 17 | 29646 Bispingen
Kursstart:	03.05.2022
Kurszeit:	dienstags 11.00 Uhr
Kursleitung:	DMSG-Funktionstrainerin Vanessa Meyer
Anmeldung:	Team Funktionstraining: Telefon: 069-405898-23 | E-Mail: funktionstraining@dmsg.de

Sie haben eine andere neurodegenerative (z.B. Morbus Parkinson) und/oder chronische Erkrankung und finden kein passendes Übungsangebot? Dann melden Sie sich ebenfalls beim Team Funktionstraining. Auch Menschen mit anderen neurodegenerativen Krankheitsbildern profitieren von regelmäßigem Funktionstraining.