

Neues Angebot der DMSG: Funktionstraining in Braunschweig!

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 Freitag, dem 9.8.2024 soll Funktionstraining im Gymnastikraum auf der BSA Rünigen regelmäßig um 19:00 Uhr stattfinden und kann vom Hausarzt oder Neurologen verordnet werden (Muster 56). Melden Sie sich beim Team Funktionstraining 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 😊

Alles Wichtige auf einen Blick:

Kursort:	Gymnastikraum auf der BSA Rünigen Leiferder Weg 5B 38122 Braunschweig
Geplanter Kursstart:	09.08.2024
Geplante Kurszeit:	freitags 19:00 Uhr
Kursleitung:	DMSG-Funktionstrainerin Yasemin Klatt-Anders
Anmeldung:	DMSG-Bundesverband (Leistungserbringer) 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.