

Ein Angebot des ISI e.V.

NEU – NEU – NEU **Functional Strong**

Beim Functional Strong handelt es sich um eine Kombination aus Krafttraining, Boxen und Yoga. Ziel ist, mit Spaß und Motivation zu regelmäßiger Bewegung zu gelangen. Functional Strong ist in jeder Phase der Therapie und auch danach sinnvoll und durchführbar.

Ziele und Auswirkungen von Functional Strong:

- Verbesserung der Lebensqualität
- Reduzierung von Muskelabbau und Müdigkeit
- positive Beeinflussung von neuropathischen Symptomen
- Verbesserung der Knochendichte
- Verbesserung von Körper-Selbstbild

Start: 18. Oktober 2022

Kursleiter: Pan Alexiou,
Physiotherapeut und Osteopath

Wann: dienstags von 19:00 – 20:00 Uhr

Wo: Räumlichkeiten der GynOnco Düsseldorf,
4. Etage, Medical Center Düsseldorf,
Luise-Rainer-Str. 6-10
40225 Düsseldorf

Teilnahme nur mit Anmeldung unter:

isi@senology.de

ISI-Mitglieder kostenlos – für Nicht-Mitglieder 5 Euro
Eigenanteil pro Stunde; **max. 8 Teilnehmer:innen**

ISI · Internationale Senologie Initiative e. V., Düsseldorf
Dr. Trudi Schaper
Vorsitzende