

# Rehabilitation nach Schlaganfall

**Sport und  
Bewegungstraining  
nach einem  
Schlaganfall**



## **Bewegt zurück zu mehr Autonomie**

Die Trainingsziele sind die Förderung und Erhaltung der Beweglichkeit und die Verbesserung der Koordination, des Gleichgewichts und der Ausdauer.

Einen zusätzlichen Schwerpunkt bilden Dehnübungen, Mobilisierung und die Kräftigung von Rumpf-, Bein- und Armmuskulatur.

## **Unser Kursangebot**

Der Kurs beginnt am **20. September 2021**.

Das Bewegungstraining wird montags von 10:00 bis 11:00 Uhr im **BTV-Sportzentrum, Von-Wied-Str. 2**, 50321 Brühl angeboten.

Der Zugang zur Halle ist barrierefrei.

**Kontakt Daten siehe Rückseite!**

**Brühler Turnverein 1879 e.V.**  
Telefon 02232 / 50 10 50



# Rehabilitation nach Schlaganfall

**Sport und  
Bewegungstraining  
nach einem  
Schlaganfall**

## **Ihre Kursleiterin: Larissa Golland**

Dipl.-Ing., Gesundheits-  
pädagogin, Trainerin  
für Bewegung und Entspannung, Medizinische  
Fitnesstrainerin, DOSB-Übungsleiterin B/Sport  
in der Rehabilitation, Orthopädie und Neurologie



## **Ihr Kontakt zu mir:**

Telefon:

**02232 / 50 10 529**

Mittwochs von 10:00 bis 12:00 Uhr erreichbar.

E-Mail:

**[l.golland@btvonline.de](mailto:l.golland@btvonline.de)**

Internet:

**[www.reha.btvonline.de](http://www.reha.btvonline.de)**



**Brühler Turnverein 1879 e.V.**

Von-Wied-Str. 2 · 50321 Brühl

Telefon 02232 / 50 10 50

