

Nach der Wahl zum Gesundheitstag

Salvea allround sports lädt alle Interessierten für Sonntag, 24. September, ins Klever Fitness- und Gesundheitszentrum ein. Es gibt Aktionen, Informationen von Gesundheitskassen sowie Kooperationspartnern und Schnupperkurse.

VON MARC CATELAENS

KLEVE Unter dem Motto „Die beste Wahl“ steht der diesjährige „Gesundheitstag“ bei salvea allround sports. Am Sonntag, 24. September, dem Tag der Bundestagswahl, sind alle Interessierten ins Klever Fitness- und Gesundheitszentrum an der Tichelstraße eingeladen. Besucher haben von 11 bis 17 Uhr ausgiebig Gelegenheit, in die zahlreichen Bereiche des Gesundheitszentrums hineinzuschnuppern. Es gibt Vorträge, und die Gäste können probehalber an Kursen teilnehmen. Eine Anmeldung ist nicht nötig – es gilt: einfach vorbeikommen.

„Wir unterstützen jeden bei der Umsetzung seiner Ziele“

Patrick Prehn
Geschäftsführer

„Fit zu sein und gesund zu bleiben, ist wichtig. Wir unterstützen jeden, der möchte, bei der Umsetzung seiner Ziele“, sagt Patrick Prehn, Geschäftsführer von salvea allround sports. Für den Gesundheitstag am kommenden Sonntag haben die Organisationen ein buntes Programm aus Aktionen zum Mitmachen und informativen Vorträgen zusammengestellt.

Wer an dem Tag gerne aktiv werden möchte, für den gibt es folgende Angebote: Um 11 Uhr beginnt der Kurs „Medical Slashing – Faszien Yoga“. Um 13 Uhr schließt sich „Bax Special“ für Anfänger an, zum Mittanzen eignet sich ab 14 Uhr „Deep House Club Dance“, ab 15 Uhr können die Besucher an einem Pilates-Kurs teilnehmen. Ab 16 Uhr lautet schließlich das Motto „Zumba Fitness“.

Den ganzen Tag über können sich die Gäste beim Gesundheitstag ausgiebig über verschiedene Angebote von Krankenkassen und Kooperationspartnern informieren. Die Fir-



Blick in den großen Fitnessbereich mit seinen modernen Trainingsgeräten, den die Besucher am Gesundheitstag ausführlich erkunden können.

FOTOS: SALVEA ALLROUND SPORTS



Beim Lauftraining kann man sich fit halten – das wird bei allround sports auch überdacht angeboten.



Kerstin Nobis und Geschäftsführer Patrick Prehn umrahmen Gesundheitstrainerin Sandra Büskens.

FOTO: CATELAENS

ma Mönks & Scheer bietet eine Venenmessung an. Die Barmer hat einen Alterssimulator mitgebracht. Die salvea reha-Abteilung stellt sich vor, ebenso der Lebensraum Kleve. Mit Infoständen vertreten sind außerdem: die AOK, Fußaktiv Diedenhoven, Paeßens Zahnwelten, Steinberg Apotheken, Klever Fahrradprofi, Intersport Dammers und Möbelhaus Rexing.

Die Besucher dürfen sich auf viele interessante Vorträge von Experten freuen. Profi-Springreiter Holger Hetzel macht um 11 Uhr den Anfang: Er schildert seine Erfahrungen zum Thema Fitness im Spitzensport und zum Thema allround sports, wo er seit Jahren ein individuelles Coaching und Personal Training in Anspruch nimmt.

Um 12 Uhr schließt sich Dr. med. Karsten Schmidt an. Der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, der als Oberarzt am St.-Willibrord-Spital in Emmerich tätig ist, hält einen Vortrag zum Thema „Innovationen beim künstlichen Hüftgelenkersatz – AMIS keine durchtrennten Muskeln“.

Ab 12.40 Uhr spricht Dr. med. Roland Gruhn. Sein Vortrag steht unter dem Titel „Prothese vermeiden – Empfehlungen eines Orthopäden. Als Leitender Oberarzt am St.-Willibrord-Spital und Leiter der Sektion Schulterorthopädie der Orthopädisch/Unfallchirurgischen Abteilung ist Gruhn ein ausgewiesener Fachmann auf diesem Gebiet.

Anschließend wird sich die Heilpraktikerin Bettina Goossen um 15 Uhr mit ihrem Vortrag zur Naturheilkunde. Sie verrät den Besuchern, wie sie ihr Immunsystem stärken und sich so fit durch Herbst und Winter bringen können.

Den ganzen Tag über, sprich von 11 bis 17 Uhr, ist Ernährungsberaterin Uschi Althoff für die Besucher da. Sie gehört zum Team von salvea allround sports und erläutert, welchen Anteil eine gesunde Ernährung am körperlichen Wohlbefinden hat.