

7. InForm - Gesundheitsabend in Achern zum Thema Faszien

17.01.2018, 12:27 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Vitalhaus Achern*



Wie kein anderes Organ rückten die Faszien in den letzten Jahren in den Mittelpunkt der Wissenschaft und Trainingsmethodik. Sie bilden ein Netzwerk, das unsere Strukturen umhüllt und stärker als bisher angenommen unsere Bewegungsabläufe beeinflussen. Die Aufgaben und Vorteile dieses komplizierten Systems und wie wir es nutzen, um beweglich und leistungsfähig zu bleiben, zeigt Lukas Ehmann beim 7.InForm am 31.01.2018 um 19 Uhr anschaulich auf. Der Sportwissenschaftler gibt neben den theoretischen Grundlagen auch Übungen und Handlungsempfehlungen mit auf den Weg. Diese kurzen, praktischen Einheiten sind auch ohne Sportbekleidung durchführbar.

Der Vortrag ist kostenfrei und findet im Forum Vitalis, dem Veranstaltungsraum des Vitalhauses, in der Rennwiese 1 statt. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl wird um Anmeldung unter 07841 67365 180 oder über das Online-Formular unter www.ceos-achern.de gebeten.

Portrait

Unter dem Dach des Vitalhauses Achern praktizieren in verschiedenen Praxen vier Ärzte, 16 Physiotherapeuten, eine Ergotherapeutin ein Sportlehrer und ein Sportwissenschaftler auf über 1000 m² Fläche. Das Gesundheitszentrum vereint Prävention und Rehabilitation in verschiedensten Gesundheitsangeboten und kann somit für seine Patienten eine ganzheitliche Therapie gewährleisten.

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/989073/7-InForm-Gesundheitsabend-in-Achern-zum-Thema-Faszien.html>