



Stiftung Orthopädische Universitätsklinik Heidelberg

UniversitätsKlinikum Heidelberg

Heidelberg, den 25. Juli 2008

PRESSEMITTEILUNG

Nr. 136 / 2008

„Fit über Fünfzig“

Ein Präventionsprogramm für Frauen an der Orthopädischen Universitätsklinik Heidelberg / Start am 24. September 2008

Wegen der großen Nachfrage beginnen am Mittwoch, den 24. September 2008 um 10 Uhr in der Sporthalle der Orthopädischen Universitätsklinik Heidelberg in Schlierbach gleich zwei Präventionskurse „Fit über Fünfzig“. Die Kurse richten sich speziell an Frauen um die Fünfzig. Sie finden zehn Mal statt, jeweils mittwochs beziehungsweise montags, und dauern eine Stunde. Die Kosten betragen 80 Euro.

Unter fachkundiger physiotherapeutischer Leitung durchlaufen die Teilnehmerinnen ein spezielles Gesundheitsprogramm, das die Freude an Bewegung fördert und dabei auch altersspezifischen gesundheitlichen Risiken vorbeugen hilft.

Am Mittwoch, den 24. September 2008 treffen sich alle Interessenten. An diesem Tag wird die Fitness der Teilnehmerinnen anhand von drei Tests ermittelt. Je nach Ergebnis und körperlicher Belastbarkeit werden die Teilnehmerinnen in die Montags- oder Mittwochsgruppe eingeteilt. Montags trainiert die Gruppe die weniger belastbar ist, mittwochs die, die einer größeren Belastung ausgesetzt werden kann.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Die Physiotherapeutinnen freuen sich auf Ihre telefonische Anmeldung:

06221 / 96 65 47 oder:

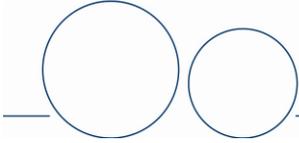
0162 / 2999498

mit dem Stichwort „Fit über Fünfzig“.

Telefonisch erhalten Sie weitere Informationen oder können den Flyer anfordern.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des
Universitätsklinikums Heidelberg
und der Medizinischen Fakultät der
Universität Heidelberg
Im Neuenheimer Feld 672
69120 Heidelberg
Fon +49 (0)6 221 56 45 36
Fax +49 (0)6 221 56 45 44
annette.tuffs(at)
med.uni-heidelberg.de

[www.klinikum.uni-heidelberg.de/
presse](http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/presse)



Bei Rückfragen von Journalisten:

Dr. Annette Tuffs

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Universitätsklinikums Heidelberg
und der Medizinischen Fakultät der Universität Heidelberg

Im Neuenheimer Feld 672

69120 Heidelberg

Tel.: 06221 / 56 45 36

Fax: 06221 / 56 45 44

E-Mail: [annette.tuffs\(at\)med.uni-heidelberg.de](mailto:annette.tuffs(at)med.uni-heidelberg.de)

Diese Pressemitteilung ist auch online verfügbar unter

<http://www.klinikum.uni-heidelberg.de/presse>

Heidelberg, den 25. Juli 2008

Dr. Annette Tuffs

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Universitätsklinikums Heidelberg
und der Medizinischen Fakultät der Universität Heidelberg