

Kurs- und Gruppenangebote Physiotherapie SRO

Nordic Walking Kurs

Fitnesskurs für Übergewichtige

Stresspräventionskurs

Pilates Essentials Kurs

Hypopressive Abdominale Gymnastik

Beckenbodenkurs

Gangsicherheitskurs

Ambulante pulmonale Rehabilitation

Ambulante kardiale Rehabilitation

Medizinische Trainingstherapie

Neurogruppe

Standorte SRO



SRO AG

Spital Langenthal
Physiotherapie
4901 Langenthal
Tel. 062 916 34 70



Physio-Fit SRO

Aufhabenweg 6
4901 Langenthal
Tel. 062 919 91 60



SRO AG

Gesundheitszentrum
Huttwil
Physiotherapie
4950 Huttwil
Tel. 062 959 62 62



SRO AG

Spital Niederbipp
Physiotherapie
4704 Niederbipp
Tel. 032 633 71 23

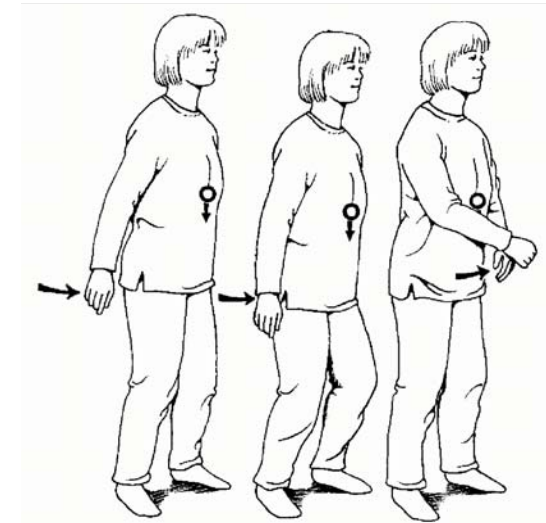


SRO AG

PanoramaPark
Physiotherapie
3360 Herzogenbuchsee
Tel. 062 955 52 23

Leben im Gleichgewicht mit Basic Body Awareness

Körperwahrnehmung &
Stressprävention im
Gesundheitszentrum Huttwil



Kursinhalte und -ziele

Symptome wie Schlaf-, Konzentrationsstörungen, Nervosität oder innere Unruhe können Sie mit spezifischen Körperübungen aktiv angehen!

Kursinhalte und -ziele

- Gleichgewicht trainieren
- Freie Atmung
- Haltungsschulung
- Muskelverspannungen lösen

Dadurch erhalten Sie wieder mehr Energie. Die Übungen basieren auf Alltagsbewegungen. Die Lektionen finden in kleinen Gruppen ohne Leistungsdruck statt. Theorieblöcke bezüglich Stressprävention werden in die Lektionen integriert. Der Kurs richtet sich an Alt und Jung.

Kursleitung

Frau Patricia Boksberger
Dipl. Physiotherapeutin mit Zusatzausbildung
in Basic Body Awareness

Anmeldung und Fragen

SRO AG

Gesundheitszentrum Huttwil
Physiotherapie
Frau Patricia Boksberger
4950 Huttwil
Tel. 062 959 62 62
physio.hut@sro.ch

Kursausschreibung

Kursdauer

6 Lektionen à 75 Minuten
Teilnehmerzahl beschränkt

Nächster Kurs und weitere Informationen

Die genauen Kursdaten werden auf unserer Homepage unter www.sro.ch und im Anzeiger Amt Trachselwald publiziert.

Auf ärztliche Verordnung besteht die Möglichkeit einer Einzeltherapie im Gesundheitszentrum Huttwil oder im Spital Langenthal.

Kursort

Gesundheitszentrum Huttwil
Physiotherapie
Spitalstrasse 51
4950 Huttwil
(siehe Lageplan)

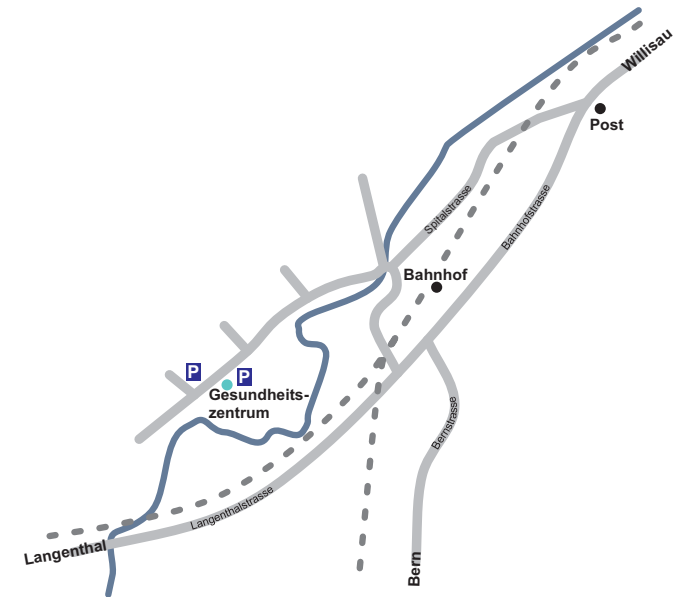
Kosten

CHF 140.-

Bekleidung/Mitnehmen

- Bequeme, warme Kleidung
- Socken
- Wolldecke

Lageplan Gesundheitszentrum



Verkehrsverbindungen

Bahn

Langenthal – Wolhusen – Luzern

Bürgerbus

Eriswil – Gondiswil – Ufhusen

Taxi

Stärn Taxi, Madiswil Tel. 062 965 08 08

Parkplätze

gratis

Fahrpläne können Sie beim Empfang beziehen.