



Stadt Dortmund

MEDIENINFORMATION

Pressestelle der Stadt Dortmund
Frank Bußmann (verantwortlich)
Südwall 21–23, 44122 Dortmund
Telefon: +49 (0)231/50-2 21 34
Telefax: +49 (0)231/50-2 21 67
E-Mail: pressestelle@stadtdo.de
Web: dortmund.de/presse
dortmund-ueberrascht-dich.de

6.5.2022

819. Präventions-Kurs im städtischen Begegnungszentrum Lütgendortmund

Im städtischen Begegnungszentrum Lütgendortmund, Werner Straße 10, 44388 Dortmund, findet ab 18. Mai bis 20. Juli, immer mittwochs, in der Zeit von 15.15 bis 16 Uhr, ein Präventions-Kurs zur Sturzprophylaxe statt. Dieser Kurs verbindet leichte Bewegungselemente zur Schulung des Gleichgewichts und der Koordination.

Weiterhin werden Stolperfallen im Haus und in Alltagssituationen unter die Lupe genommen und neue Verhaltensweisen geschult. Die Muskulatur wird gekräftigt um Stürze zu vermeiden.

Die Teilnahme kostet für zehn Treffen 30 Euro.

Anmeldung ab sofort unter 50-289 89 oder per E-Mail an bspringer@stadtdo.de

Es gelten die aktuellen Corona-Regeln

Kontakt: Tanja Becker