

Freizeitangebot



WORLD JUMPING



Mit flotter Musik und Highspeed-Trampolin geht beim World Jumping die Post ab

World Jumping ist ein effektives Training für Bauch, Beine, Po und Rücken, sorgt für Beweglichkeit und verbessert die Koordination. Flotte Rhythmen und spezielle World Jumping-Highspeed-Trampoline sorgen dafür, dass Herz und Kreislauf dabei ordentlich in Schwung kommen.

TEILNAHME nur für gynäkologische Patientinnen!

Keine Teilnahme möglich, bei:

- Operationen innerhalb der letzten 6 Monate
- akuten Schmerzen, egal welcher Art
- vorbestehenden akuten Wirbelsäulenerkrankungen
- akuten oder chronischen Herz-/Kreislaufkrankungen

Trainingszeiten

- **Montag** 19:00 – 20:00 Uhr, Bewegungshalle Maximilianbad
- **Dienstag**, 19:30 – 20:30 Uhr, Bewegungshalle Maximilianbad
- **Freitag**, 18:30 – 19:30 Uhr, Bewegungshalle Maximilianbad
- **Freitag**, 19:30 – 20:30 Uhr, Bewegungshalle Maximilianbad

Bei Fragen und zur **Anmeldung** wenden Sie sich bitte an das gynäkologische Chefarztsekretariat Maximilianbad, Zimmer C 113, Tel.: 1158

Anmeldungs-Voraussetzung: Einverständnis des zuständigen Arztes!

Zum Kurs mitbringen: Sportkleidung, Turnschuhe, evt. Handtuch und Patienten-Infopass mit dem eingetragenen Termin.