

FysioDanmark Aalborg

introducerer

FC Parkinson Aalborg

Træning til Parkinson-mænd med stive ben

Hvad har Parkinson med fodbold at gøre?

Forskning viser, at fodboldtræning er en af de mest effektive træningsformer for mænd i alderen 50+, og for parkinsonister er fodboldens balance- og koordinationstræning perfekt.

Flere andre steder i landet findes der allerede lokale fodboldtilbud for parkinsonister.

Derfor starter vi 1. maj 2019 en nordjysk afdeling af FC Parkinson.

Det sker i regi af FysioDanmark Aalborg, som står for det faglige indhold og det praktiske omkring træningen.

Vi træner hver tirsdag kl. 14.00 – 15.00 på Aalborg Frejas anlæg.

Vi råder over den nye Freja-hal med blødt underlag, og når vejret er godt går vi udenfor.

Du behøver ikke at være god til at løbe eller spille fodbold. Men er du en mand, parkinsonist og har du lyst til godt sammenhold og et godt grin samtidigt med at du får en god gang træning for din Parkinson, så kom og prøv at være med.

Vi starter holdet op ved min. 10 interesserede.

For tilmelding skriv til: rec@arkadensfysioterapi.dk