

Training für Diabetiker

Die Sportunion Tirol lädt alle DiabetikerInnen zur kostenlosen Teilnahme am Projekt „Zielgerichtete Bewegung bei Diabetes“. Es soll den Betroffenen helfen, ihre körperlichen Ressourcen zu stärken, aktiv etwas für ihre Gesundheit zu tun und so mehr Lebensqualität zu erlangen. Über acht Wochen hinweg wird zweimal wöchentlich in Kleingruppen trainiert, das Training ist abwechslungsreich und individuell abgestimmt. Anmelden können sich Personen, die unter Diabetes Mellitus Typ 2 leiden. Infos und Anmeldung: Johannes Sonderegger, Tel.: 0664/60613377, tirol@aktiv-bewegt.at, www.aktiv-bewegt.at