

# GESUNDHEITSTAG

11. MÄRZ 2023 VON 13-18 UHR

KARLSHALLE ANSBACH

mit Kaffee & Kuchenverkauf

- 13.00 Uhr Eröffnung durch Uwe Koch, Präsident des TSV 1860 Ansbach
- 13:30 Uhr **"Verkürzte Muskulatur - der Auslöser vieler Rücken- und Gelenkbeschwerden"**  
Uwe Koch, Vitalis Gesundheits- und Fitnesszentrum
- 14.00 Uhr Schnuppereinheit Funktionelle Mobilität und Stabilität
- 14.30 Uhr **"Körperliches Training für Patienten mit kardiovaskulärer Erkrankung"**  
Dr. Hansmartin Jetter, Chefarzt Kardiologie und internistische Intensivmedizin am ANregiomed Klinikum Ansbach
- 15.00 Uhr Schnuppereinheit Herzsport
- 15.30 Uhr **"Sport und Bewegung bei chronischen Schmerzen"**  
Silke Lehmeier, Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie
- 16.00 Uhr Schnuppereinheit Rehasport Orthopädie
- 16.30 Uhr **"Sport und Nahrungsergänzungsmittel am Beispiel von Orthomol"**  
Tanja Franz, Apotheke Eyb
- 17.00 Uhr Schnuppereinheit Mobilität mit dem Stab

**EINTRITT  
FREI**

## Unsere Partner



## Kostenlose Aktionen

- Cardioscan (Herzstressmessung)
- Kognitive Tests
- Orthomol Testausschank
- Hörtest
- verschiedene Sehtests
- Schnupperkurse zum Mitmachen



QR - Code zur Homepage und weiteren Informationen