

Hier finden Sie
Trainingsangebote
im Märkischen Kreis:



...oder www.ksb-mk.de



KREISSPORTBUND
MÄRKISCHER KREIS

Hellweg 2, 58644 Iserlohn
Email: monika.hermanns@ksb-mk.de
Tel.: 02374-7568-128

In Kooperation mit:



Gefördert durch:

Der Ministerpräsident
des Landes Nordrhein-Westfalen



SPORTLAND.NRW

Bildrechte: P. Meyer-Liepach

„Tischtennis bewegt -
auch mit Parkinson“

Sport verbindet, Sport fördert!



Trainingsangebote im
Märkischen Kreis

Ein aktives Leben mit Parkinson ist möglich!

Wissenschaftliche Untersuchungen und praktische Erfahrungen zeigen, dass regelmäßiges Tischtennis-training die Motorik, Reaktionsfähigkeit und das Gleichgewicht von Parkinson-Betroffenen deutlich verbessern kann.

Die gemeinsame sportliche Aktivität stärkt das Selbstvertrauen und das soziale Miteinander - ein unschätzbarer Gewinn für alle Beteiligten.

**Sport verbindet,
Sport fördert -
gemeinsam
aktiv sein!**

Freude am Spiel und das Miteinander stehen im Vordergrund

Das Angebot richtet sich an Betroffene, deren Angehörige und Interessierte im Hobbybereich - unabhängig von Vorkenntnissen oder Leistungsniveau. Gemeinschaft erleben und gemeinsam aktiv sein - das macht die Zeit besonders.

Tischtennis bewegt - auch mit Parkinson!

Der Kreissportbund Märkischer Kreis hat sich zum Ziel gesetzt, gemeinsam mit den Sportvereinen wohnortnahe Trainingsangebote aus- und aufzubauen.

Wir möchten den Betroffenen und ihren Angehörigen die Möglichkeit bieten, durch Tischtennis aktiv zu sein.