

Rollator-Training

Mit dem Rollator sicher im Alltag unterwegs

In Kooperation mit dem DRK Ludwigsburg bieten wir für alle Interessierten ein Rollator Training an. Das Training zielt darauf ab, mehr Sicherheit im Umgang mit dem Rollator zu erlangen. Vermittelt werden theoretische Grundkenntnisse wie die richtige Einstellung des Rollators sowie die Körperhaltung. Es wird erklärt, wie unterschiedliche Hindernisse, z.B. Steigungen, Gefälle, Bordsteinkanten oder Kopfsteinpflaster am besten bewältigt werden können. Auch das Aufstehen mit einem Rollator wird geübt.

- Termin:** Mittwoch, 24.04.2024
Uhrzeit: 14:30 – 16:00 Uhr
Wo: MTV Bewegungszentrum II, Brünner Str. 11
Kosten: 10 €
Altersgruppe: für alle
Max. TNzahl: 15
Anleitung: Frau Schröder vom DRK Ludwigsburg
Anmeldeschluss: 17.04.2024
Anmeldung: online unter www.mtv-ludwigsburg.de/aktiv-ab-50
oder direkt auf der MTV Geschäftsstelle mit Barzahlung.

Wir freuen uns auf eure Teilnahme und stehen für Rückfragen gerne zur Verfügung.