



HandSache

bewegt dein Leben
pmt swingwalking®

Sturzprophylaxe – neu gedacht

Gesundheitswirksames Trampolintraining

**Donnerstag, 18. April oder 30. Mai 2024
jeweils 17.45 – 19.15 Uhr**

Schwingen Sie den Beschwerden des Alterns davon und erleben Sie, wie schnell sich erste Fortschritte einstellen. Das Konzept von PMT SwingWalking® ist äusserst schonend und für alle Altersgruppen geeignet. Besonderer Wert wird auf die Aktivierung des Gehirns und die Vorbeugung von Osteoporose gelegt. Das Trampolinschwingen wirkt sich besonders positiv auf die Gangsicherheit aus.

»Schwingen statt Stürzen«

www.swingwalking.com

Extra-Angebot für Sie!

Einführungsworkshop

- Ort** Handsache – Praxis für Ergotherapie
Bahnstrasse 26, Arbon (Erdgeschoss)
- Kleidung** Bequeme Kleidung, Sportsocken
Frottiertuch, Trinkflasche
Falls verordnet: Orthopäd. Einlagen und
entsprechende Schuhe, Stützstrümpfe
- Kosten** CHF 49.— (Einführungspreis)
Die Kosten werden in Rechnung gestellt.
Die Anmeldung ist definitiv, wenn der
Betrag eingegangen ist.
Abmeldungen weniger als 2 Tage vor
dem Anlass ziehen eine Bearbeitungs-
gebühr von CHF 20.— nach sich.
- Leitung** Ursula Häberling-Spöhel, Weinfeldern
Gründerin PMT SwingWalking®
- Anmeldung** PMT SwingWalking GmbH
077 521 95 89 / info@swingwalking.com

Trampoline (auch mit Haltestange) vorhanden.
Teilnehmerzahl beschränkt.
Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Wir freuen uns auf Sie!