

So finden Sie den Bewegungsparcours im Bürgerpark:



Fachkundig stehen Ihnen nach Absprache gern zur Verfügung:
Marina Kelle-Muche, Krankengymnastik, Gelting, Tel.: 04643 - 1430
Bettina Münster, Krankengymnastik, Quern, Tel.: 04636 - 217 433
Ulla Wischer, Krankengymnastik, Gelting-Mole, Tel.: 04643 - 868
Heike Brodersen, Krankengymnastik, Schwackendorf 10,
Tel.: 0160 - 8110186



Gelting
Luft- und
Kneipp-Kur-Ort

playfit®
outdoor-fitness



Bewegung ist Leben



**Bewegungsparcours
im Bürgerpark**



Gelting
Luft- und
Kneipp-Kur-Ort

playfit®
outdoor-fitness

Bewegung ist Leben



Rückenmassagegerät
Die Rückenmassage sorgt für eine bessere Durchblutung und Lockerung der Rückenmuskulatur.



Duplex Rückentrainer
Die spiralförmige Drehung des Körpers fördert nicht nur die Beweglichkeit der Wirbelsäule, sondern lockert, dehnt und kräftigt gleichzeitig die Muskulatur von Rücken, Hüfte und Gesäß.



Ganzkörpertrainer
Der ganze Körper wird gleichmäßig und ausgewogen trainiert.

Schultertrainer
In der kreisförmigen Bewegung der Arme werden vor allem die Beweglichkeit im Schultergürtel und die Feinmotorik von Armen und Händen trainiert.



**Bewegungsparcours
im Bürgerpark**

Eine verständliche Anleitung finden Sie vor Ort.
Für eine fachkundige, medizinische Anleitung stehen Ihnen die örtlichen Krankengymnasten gern zur Verfügung.