



Alten- u. Pflegezentren des Main-Kinzig-Kreises
Pressedienst • Lortzingstraße 5 • 63452 Hanau

Telefon: 06181.802-802
Telefax: 06181.802-888
presse@altenheime-mkk.de

Pressemitteilung

26.4.2011

Ein Jahr Vitaltreff im alten Landratsamt Seniorenfitnesszentrum veranstaltet Tag der offenen Tür

Hanau. - Zur Feier des einjährigen Bestehens veranstaltete der Vitaltreff im alten Landratsamt einen Tag der offenen Tür und informierte über das vielfältige Angebot des Seniorenfitnesszentrums. Zahlreiche Besucher nutzten die Möglichkeit unter fachkundiger Anleitung die medizinisch-therapeutischen Trainingsgeräte des Vitaltreffs auszuprobieren und eine bioelektrische Impedanzanalyse (Körperfettmessung) durchzuführen. Zusätzlich beantwortete das kompetente Trainingsteam unter Leitung von Silvia Lückhardt Fragen rund um die Themen Rehabilitation und Erhaltung der Mobilität und gab Tipps zur gesunden Ernährung. Der Vitaltreff im alten Landratsamt richtet sich mit seinem Angebot speziell an Senioren und unterscheidet sich dadurch von anderen Fitnesszentren in Hanau. Ein modernes Bewegungskonzept stärkt Ausdauer, Muskeln und Koordinationsfähigkeit und wird individuell an das Alter und Leistungsvermögen der Kunden angepasst.

Rehasport und Präventionskurse in den Bereichen Bewegung und Ernährung gehören zu den weiteren Angeboten des Vitaltreffs. Die Kosten für Rehasport werden von den Krankenkassen übernommen, die Präventionskurse werden häufig von den Krankenkassen bezuschusst. Ziel aller Angebote des Vitaltreffs ist die Steigerung der Leistungsfähigkeit im Beruf und die Förderung der Selbstständigkeit und der Mobilität im Alter. Der Vitaltreff bietet ein effektives Training zu günstigen Konditionen. Neben der Möglichkeit eines Jahresvertrages, ist es möglich einen 3-Monatsvertrag abzuschließen. Der Vitaltreff ist Montag und Freitag von 10:00 bis 13:30 Uhr und von 14:30 bis 18:30 Uhr, Dienstag und Donnerstag von 10:00 bis 13:30 Uhr und von 14:30 bis 21:00 Uhr sowie Mittwoch und Samstag von 10:00 bis 14:00 Uhr geöffnet. Weitere Informationen über den Vitaltreff im alten Landratsamt erhalten Sie im Internet unter www.vitaltreff-hanau.de oder telefonisch unter 06181 / 50 70 03 2.

FOTO → nächste Seite

Foto: (Von links) Silvia Lückhardt und Ingrid Bechtold begrüßen gemeinsam mit Heimleiter Friedhelm Preis die Besucher des Tages der offenen Tür.

