



Hamburg, den 03. März 2017

## **PRESSEMITTEILUNG**

### **ETV-Studio bietet Sport für Demenzkranke an**

Unter dem Motto „Fit bleiben!“ bietet das ETV-Studio in Zusammenarbeit mit der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V. Selbsthilfe Demenz, ab April Sportangebote für Menschen mit Demenz in Eimsbüttel an. Dieses Angebot richtet sich speziell an Menschen mit Gedächtnisproblemen. Vorab veranstaltet der ETV eine Informationsveranstaltung am 21. März 2017 von 15 bis 17 Uhr im Oberhaus des ETV-Sportzentrums in der Bundesstraße.

Ziel des Angebots ist die Förderung und der Erhalt der Muskulatur, des Gleichgewichtssinns und der Herz-Kreislauf-Funktionen, die Stärkung der geistigen Fähigkeiten sowie der Abbau von Spannungen und Stress. Nebenbei erlebt man Gemeinschaft, hat Erfolgserlebnisse und geht einer sinnhaften Tätigkeit nach. Wichtig ist, dass die Teilnehmer Interesse an sportlichen Aktivitäten mitbringen, den Übungseinheiten mit Anleitungen folgen können und eine vom Arzt attestierte Grundfitness besitzen. Eine Demenzdiagnose kann vorliegen, ist aber insgesamt keine Voraussetzung.

Trainiert wird in kleinen Gruppen mit bis zu acht Teilnehmern. Die individuelle Situation der jeweiligen Person steht beim Training im Vordergrund. Unter Berücksichtigung der persönlichen Leistungsfähigkeit wird sich auf Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und die Koordination konzentriert.

#### **Infoveranstaltung**

21. März 2017, 15-17 Uhr im Oberhaus des ETV-Sportzentrums in der Bundesstraße 96

#### **Sportangebot für Menschen mit Demenz in Eimsbüttel**

**Ort:** Gym II, ETV-Sportzentrum, Bundesstraße 96

**Wann:** ab Dienstag, 04. April 2017, immer 11 bis 12 Uhr

**Teilnahmebedingung:** Mitgliedschaft im ETV (23,50 Euro monatlich), sowie ein Sonderbeitrag (10 Euro monatlich)

Abdruck frei, Beleg erbeten.

EIMSBÜTTELER TURNVERBAND e.V.

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Bundesstraße 96

20144 Hamburg

Tel 040/401769-48

Email: [fvanderlaan@etv-hamburg.de](mailto:fvanderlaan@etv-hamburg.de)

<http://www.etv-hamburg.de>

<http://facebook.com/ETV.Hamburg>