



A csonttritkulás kezelésének egyik alappillére a testmozgás.

A megfelelő típusú torna ugyanis elősegíti a csontok, a vázizmok erősödését.

A mozgás során javul a szervezet vérellátása is, így a csontok optimális felépítéséhez szükséges ásványi anyagok is könnyebben beépülnek.

Toldy Ferenc Kórház és Rendelőintézet Egészségfejlesztési Irodája

INGYENES OSTEOPOROSIS TORNÁT

szervez gyógytornászok vezetésével, a lakosság idősödő korosztálya részére.

Péntek délutánonként 15:00 – től

Helyszín: Cegléd, Rákóczi út 7.
(Rendelőintézet tornaterme)

Előzetes bejelentkezés szükséges!

BEJELENTKEZÉS:

Személyesen:

Cegléd Rákóczi út 7
Rendelőintézet - EFI

Telefonon:

06 – 30 / 448 – 43 – 31 (H – P 9:00 – 12:00)

