

REHABILITATIONSSPORT

Sport für die psychische Gesundheit

**NEU
beim
MTV
Gifhorn**

Sport beeinflusst positiv Ihren Körper, Ihre Gedanken und Ihr gesamtes Wohlbefinden.

Ziele des Rehabilitationssportes für die psychische Gesundheit sind die Stärkung des Selbstbewusstseins und des Selbstwertgefühls. Ihre allgemeine körperliche und psychische Belastbarkeit wird verbessert. Mit Sport werden Ängste und Spannungen abgebaut.

Das Angebot des MTV Gifhorn ermöglicht, neue Kontakte zu knüpfen und hilft, Spaß an der Bewegung wiederzuerlangen und langfristig mehr Bewegung in den Alltag zu integrieren.

Das qualifizierte Angebot kann besucht werden:

- mit ärztlicher Verordnung für Rehabilitationssport
- aber auch ohne Verordnung als Selbstzahler

Wir beraten Sie gern.

Anmeldung und Beratung in unserer Geschäftsstelle des MTV Gifhorn

Telefonisch erhalten Sie auch Auskunft
Montag, Dienstag und Donnerstag 08:00 – 13:00
und Mittwoch von 14:00 – 19:00
unter der Telefonnummer 05371-53330



MTV Gifhorn

Männerturnverein Gifhorn von 1861 e.V.