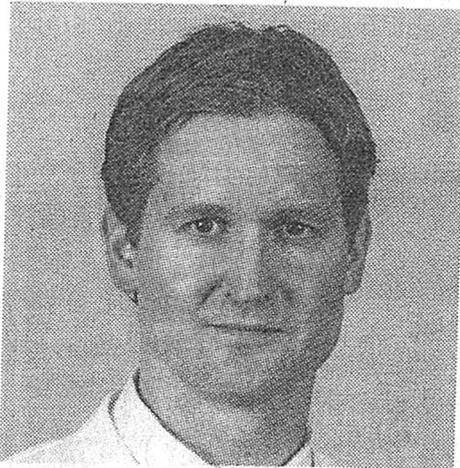


Kraftsport hält gesund

BAD SAULGAU – Im Rahmen der Vortragsreihe „Mittwochs bei den Waldburg-Zeil-Kliniken“ informiert Dr. Christian Dynybil, Chefarzt der Rehabilitationsklinik Saulgau, am Mittwoch, 11. Mai ab 18 Uhr

in der Turnhalle der Rehabilitationsklinik Saulgau, Siebenkreuzerweg 18 über das Thema „Kraftsport: Mehr als nur Muskelaufbau – Ganzheitliche Auswirkungen auf Körper und Geist“. Der Eintritt ist frei.



Chefarzt Dr. Christian Dynybil sagt: Kraftsport ist längst gesellschaftsfähig.

FOTO: WALDBURG-ZEIL-KLINIKEN

Früher mit „Kraftprotzen“ assoziiert, ist der Kraftsport mittlerweile gesellschaftsfähig geworden, sagt Dynybil. Heute spreche man allgemeiner von Fitness- bzw. Muskeltraining. Dr. Dynybil erläutert in seinem Vortrag allen Interessierten die Entwicklung des Kraftsports, dessen Grundregeln sowie insbesondere die komplexen Auswirkungen auf den Körper als Ganzes. Nach dem Vortrag besteht die Möglichkeit, Fragen an den Referenten zu stellen.