

Parkinson Luxembourg

Was ist Parkinson Luxembourg ?

Parkinson Luxembourg, gegründet 1991, ist eine gemeinnützige Organisation mit mehreren Zielen: Informieren der Allgemeinheit und der Patienten über die Parkinson-Erkrankung; Unterstützen der Patienten und deren Familien, um deren Lebensqualität mit der Krankheit zu verbessern; Finanzieren der Forschung zur Parkinson-Erkrankung.

Angebot

Seit 2011 bietet Parkinson Luxembourg regelmäßig körperliche Übungsstunden, welche an die Fitness der Teilnehmer angepasst sind, an. Das Ziel der Trainingsgruppen ist es, die körperliche Fitness und das Wohlbefinden durch angepasste Übungen zu verbessern. Spezifische Aktivitäten zielen auf eine Verbesserung der Gleichgewichtsstörungen, der motorischen Koordination sowie des Bewusstseins ab.








Welche Arten von Übungen werden angeboten?

Parkinson Luxembourg bietet sieben verschiedene Sportarten an: Nordic Walking, Boxtraining, Tanzen, Gymnastik, Krafttraining, Yoga und Qi-Gong. Beim Nordic Walking wird die Distanz an die Fähigkeiten der Teilnehmer angepasst. Sowohl Intensität als auch Schwierigkeitsgrad werden ebenfalls bei allen anderen Sportarten an die Fähigkeiten eines jeden Teilnehmers angepasst. Jede Aktivität wird von diplomierten Trainern überwacht. Junge Freiwillige unterstützen die Teilnehmer beim Boxtraining und helfen ihnen dabei, eventuelle Stürze zu vermeiden.

Wer darf teilnehmen?

Jeder, bei dem die Parkinson-Krankheit diagnostiziert wurde, sowie deren Helfer dürfen teilnehmen.

Wo und wann werden die Trainingseinheiten abgehalten?

	Nordic Walking	Mittwoch 15 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange		Qi-Gong	Einmal im Monat Mittwoch 15 bis 17 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange
	Boxen	Zweimal im Monat Dienstag oder Donnerstag 15 bis 17 Uhr 18 bis 19 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange		Krafttraining	Einmal im Monat Dienstag oder Donnerstag 15 bis 17 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange
	Gymnastik	Zweimal im Monat Dienstag oder Donnerstag 15 bis 17 Uhr 18 bis 19 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange		Yoga	Zweimal im Monat Mittwoch oder Donnerstag 15 bis 17 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange
	Tanzen	Einmal im Monat Dienstag 15 bis 17 Uhr	Centre Parkinson « La Tulipe » Leudelange				



Informationen & Anmeldungen

Parkinson Luxembourg
Centre Parkinson "La Tulipe"
Domaine Schaefer
16 rue des Champs
L-3348 Leudelange

 +352 23 69 84 51

 info@parkinsonlux.lu

 www.parkinsonlux.lu

Wie hoch sind die Kosten?

Die Kosten belaufen sich auf 50 € pro Jahr.