

# GESUNDHEITSTAGE

im TSH-Sportzentrum

16.04. – 20.04.2018



## PROGRAMM

# TSH

MONTAG, 16.04.

■ 10:00 – 13:00 Uhr

**Gesundheitscheck**

Handkraftmessung im Eingangsbereich

■ 18:30 – 19:30 Uhr

**Vortrag mit Mario Borgwald**, Schmerztherapeut

„Darmsanierung – ein wichtiger Schlüssel für Ihre Gesundheit“  
(im Kursraum II)

MITTWOCH, 18.04.

■ 17:00 – 19:00 Uhr

**Vortrag mit Chefarzt Dr. Goetz**, Neurochirurg u. Spezialist für  
Wirbelsäulenerkrankungen, mit anschließender Sprechstunde/  
Fragerunde „Ich hab Rücken. Was ist machbar-Diagnostik und  
Therapie“ (im Kursraum II)

DONNERSTAG, 19.04.

■ 18:30 – 20:00 Uhr

**Vortrag + Kurs zum Mitmachen mit Volker Homberg**,

Sportwissenschaftler und Reha Trainer „Meine Bandscheibe und ich“  
Wie funktioniert meine Wirbelsäule? Wie kann ich mit einfachen  
Mitteln Steifigkeit und Bewegungseinschränkungen am Arbeitsplatz  
und zu Hause lindern? Hier erfährst du es durch  
eigenes Erleben und Mitmachen!  
(im Kursraum II)

[www.tshsport.de](http://www.tshsport.de)

Tel.: 70 10 84 56