



Tag der Rückengesundheit

15. März 2025
im salvea sports

Vortrag und Kurs

Programm Tag der Rückengesundheit

Der Tag der Rückengesundheit wird vom Bundesverband deutscher Rückenschulen e.V. und der Aktion Gesunder Rücken e.V. initiiert und findet deutschlandweit jedes Jahr am 15. März statt.

Ihre Gesundheit gehört auch zu unserem Auftrag: salvea sports möchte mit einem Vortrag und auch praktischen Einblicken in einem offenen Kurs über dieses wichtige Thema informieren.



Öffentlicher Vortrag „Der starke Rücken“

11.00 Uhr | Vortrag | Dr. med. Martin Theis

Herzlich Willkommen zum Vortrag vom Chefarzt der Klinik für Wirbelsäulenchirurgie im Katholischen Karl-Leisner Klinikum, Facharzt für Chirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie.

Öffentlicher Kurs „Der starke Rücken“

12.00 Uhr | Rücken-Kurs | Sportwissenschaftlerin Sandra Büskens

Im Anschluss an den Vortrag haben Interessierte die Möglichkeit, das **Rückentraining praktisch kennenzulernen**. Dazu ist es hilfreich bequeme Sportkleidung mitzubringen.

Der Vortrag und Kurs sind kostenfrei.

Da die Kapazitäten für den Vortrag und den Kurs begrenzt sind, bitten wir um vorherige telefonische Anmeldung unter 02821 133030.



SRZ salvea Rückenzentrum

Effektiv gegen Rückenbeschwerden: Das SRZ Trainingskonzept wurde speziell zur Therapie aber auch zur Vorbeugung chronischer Rückenbeschwerden entwickelt. Das SRZ trainiert die wirbelsäulenstärkende Muskulatur sowie die Flexibilität des Rückens und arbeitet am Ausgleich von Dysbalancen, die Rückenschmerzen verursachen. Das Training ist darüber hinaus bei geringem Zeitaufwand sehr effektiv, weil es sehr individuell angepasst wird. Die Betreuung erfolgt durch geschulte Trainer.

Lernen Sie das SRZ-Training kennen. Gerne beraten wir Sie persönlich. Vereinbaren Sie einen Termin unter 02821133030.

SRZ Rückenzentrum
Stark für Rücken und Nacken

Beratung unter 02821 133030
www.salvea-kleve.de