

## Die neuen **Kurse** am Gesundheitszentrum

**Düren.** Das Gesundheitszentrum am Krankenhaus Düren beginnt nach den Sommerferien wieder mit Kursen für Rücken und Herz/Kreislauf. Die Kurse „Rücken plus mit Gerätetraining“ finden am Freitag, 26. August, von 14.15 bis 15.30 Uhr, und am Dienstag, 30. August, von 19 bis 20.15 Uhr statt. Ein gezieltes Herz-Kreislauf-Training fängt am Freitag, 30. August, (15.30 bis 17 Uhr) an. Neu im Programm des Gesundheitszentrums sind Funktionelles Figurtraining, Faszien-Yoga, Faszien-Pilates, Cardio Fit, Skigymnastik und Hockergymnastik. Außerdem gibt es einen Anti-stresskurs, der individuell bis zu 80 Prozent von der Krankenkasse erstattet wird, ein Kurs gegen Burn-Out, sowie Entspannungstechniken und Regenerationstraining für Brustkrebspatientinnen. Anmeldungen werden unter ☎ 02421/301122 oder E-Mail an [Gesundheitszentrum@krankenhaus-dueren](mailto:Gesundheitszentrum@krankenhaus-dueren) angenommen.