

KURZ NOTIERT**Neue Kurse des
Gesundheitszentrums**

Düren. Das Gesundheitszentrum des Krankenhauses Düren bietet neue Kurse im Präventions-, Gesundheits- und Fitnessbereich an, die auch für Senioren geeignet sind. Eines dieser Angebote ist „Rücken Plus mit integriertem Gerätetraining“. Dieser Kurs umfasst neun Einheiten zu je einer Stunde und beginnt am Donnerstag, 12. April, 12 Uhr. Eine finanzielle Förderung der Krankenkassen ist möglich. Ebenfalls am Donnerstag, 13 Uhr, beginnt „Zirkeltraining an Geräten“. Auch dieser Kurs umfasst neun Einheiten zu je einer Stunde. „Functional Fitness“ mit zehn Einheiten wird ab Mittwoch, 11. April, 19.15 Uhr, angeboten. Im Programm ist auch Ganzkörpertraining im Burgauer Wald. Die erste der fünf Einheiten beginnt am Donnerstag, 19. April, 18 Uhr. Ein weiterer Kurs wird am Donnerstag, 7. Juni, 18 Uhr, gestartet. Der nächste Kurs „Nordic Walking“ beginnt am Sonntag, 22. April, 11 Uhr. Anmeldung beim Gesundheitszentrum ist unter ☎ 02421/301122 oder per E-Mail an gesundheitszentrum@krankenhaus-dueren.de möglich. (sps)