

Neue Kurse des Krankenhauses

DÜREN Das Gesundheitszentrum des Krankenhauses in Düren bietet einige neue Kurse an. Ein Allroundtraining für den Rücken beginnt am Dienstag, 16. Juli, um 19.45 Uhr. Der Kurs umfasst neun Einheiten von je einer Stunde. Die Kosten können von der Krankenkasse bis zu 80 Prozent erstattet werden.

Ein Entspannungstraining Taiji für Fortgeschrittene fängt am Mittwoch, 17. Juli, um 19.30 Uhr an. Das Training umfasst fünf Termine von je 90 Minuten. Rücken, Yoga, Pilates und Faszien werden in einem Kurs trainiert, der am Dienstag, 16. Juli, um 20.45 Uhr beginnt und neun Einheiten von je einer Stunde umfasst. Ein Kurs Cardio und Rücken fängt am Montag, 15. Juli, um 19 Uhr an. Die acht Einheiten dauern jeweils eine Stunde. Beraten lassen und sich anmelden kann man im Gesundheitszentrum des Krankenhauses Düren, unter 02421/301122 oder per E-Mail unter gesundheitszentrum@krankenhaus-dueren.de.