



Tischtennis gegen Parkinson

andere Angebotsart

Tischtennis gegen Parkinson

Hier spielen Parkinsonpatienten Tischtennis

Tischtennis ist die schnellste Rückschlagsportart der Welt – bezogen auf die Zeit zwischen zwei Ballkontakten. Deswegen können es viele Menschen nicht glauben, dass diese Sportart Personen mit Parkinson helfen soll. **Personen mit Parkinson** bewegen sich doch langsam, die Muskelspannung ist teilweise erhöht, ihre Hände zittern und sie haben Probleme mit dem Gleichgewicht.

Das stimmt, ABER **Tischtennis** trainiert u.a. die Augen-Hand-Koordination, kräftigt die Muskulatur und fördert die Balance, die Flexibilität sowie die Reaktionsfähigkeit. Weitere Pluspunkte sammelt Tischtennis durch die sozialen Aspekte. Tischtennis kann man nicht alleine spielen, die Gruppe hat ähnliche Probleme und man kommt in den Austausch.



Für das Training:

Mitzubringen sind Hallensportschuhe, Trainingsanzug oder ähnliches. Falls eigene Schläger vorhanden sind bitte mitbringen, ansonsten werden diese zur Verfügung gestellt.

Was?

Art des Angebots

andere Angebotsart

Kursleitung/Ansprechperson

Michael Horn

Alter des Kindes

altersunabhängig

Wann?

Termin(e)

Dienstag und Donnerstag, 17.00 bis 19.00 Uhr

Wo?

Turnhalle der Elisabethschule

Elisabethstraße 1
44575 Castrop-Rauxel

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Nein

Kosten des Angebots

Das Angebot kann 2-3 mal getestet werden, danach wird ein Mitgliedsbeitrag für den betreibenden Tischtennis Verein fällig: PSV CASTROP, ca. 10,00€ monatlich

Durchführende Organisation

PSV CASTROP

Glückaufstr. 69
44575 Castrop-Rauxel

Name Kontaktperson

Michael Horn

Telefon

0170 / 9822834

Email

michael.horn@pingpongparkinson.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Pingpong Parkinson Deutschland e.V.

Barbarastr. 15
48529 Nordhorn

Art des Trägers

Freier Träger

Telefon

0591 / 7120541

Email

info@pingpongparkinson.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)