

Einladung zum:

Gesundheitstag Generation 50+

Am Sonntag, den 16.06.2024 von 13.00 bis 18.00 Uhr

Sportzentrum Nordost, Neumeyerstraße 80, 90411 Nürnberg

Sparen Sie
bis zu
100 €*

Bei Anmeldung
an diesem Tag!

*Nicht kombinierbar
mit anderen Aktionen!

Highlights:

- Prosecco Empfang
- Gesundheitsvorträge
- Professionelle Fitness-Checks
- Rollstuhlparcours
- Fahrsimulator
- Kaffee und Kuchen
- Infostände
- und vieles mehr

HAUPTSPONSOR

 VR Bank
Metropolregion Nürnberg eG

Nutzen Sie unseren
kostenlosen Shuttle- Service:

12.45 Uhr – 18.00 Uhr,
von Bushaltestelle Herrenhütte
(ca. alle 15 Minuten)

Wir freuen uns über Ihren Besuch!
Freunde und Bekannte sind herzlich eingeladen.

Unser Partner:



www.post-sv.de



Post SV Nürnberg
Mehr Sport geht nicht.



Vorträge*

**Diabetes und Ernährung –
Zusammenhänge und Prävention**

13.30 – 14.00 Uhr

→ **Anna Wellein**

**Schmerzen im Bewegungsapparat
und die Suche nach den Ursachen**

15.00 – 15.45 Uhr

→ **Ralf Hergenroether**

**Lust auf mentale Balance?
Tipps und Übungen um die
innere Stärke zu trainieren!**

16.15 – 16.45 Uhr

→ **Dr. med. Susanne Heuner**

Hausnotruf – Hilfe per Knopfdruck

17.00 – 17.15 Uhr

→ **Claudia Faesecke**

***Sämtliche Angebote
sind kostenlos und
ohne Voranmeldung!**

Mitmachangebote*

Twall die Reaktionswand

13.00 – 18.00 Uhr

Hallenboccia

13.00 – 18.00 Uhr

Fahrsimulator

13.00 – 18.00 Uhr

BRK-Rollstuhlparcours

13.00 – 18.00 Uhr

BRK-Alterssimulationsanzug

13.00 – 18.00 Uhr

Stuhlgymnastik mal anders

14.15 – 14.30 Uhr

Sturzprophylaxe

14.35 – 14.50 Uhr

Drums Alive

15.55 – 16.10 Uhr

Messungen*

**Fußdruckmessung
(Pedobarographie)**

13.00 – 18.00 Uhr

**Blutzucker-, Blutdruckmessung,
Sauerstoffsättigung**

13.00 – 18.00 Uhr

Sehtest, Brilleneinstellungen

13.00 – 18.00 Uhr

**Bodyanalyzer - Messung der
Körperzusammensetzung**

13.00 – 18.00 Uhr

Infostände

- Medic-Center Nürnberg
- B.A.D.S. - Sicheres Fahren
- Bayerisches Rotes Kreuz
- Orthopädie Richter
- Optik Schlemmer
- Post SV Nürnberg

Partner:



www.post-sv.de



Post SV Nürnberg
Mehr Sport geht nicht.