

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](http://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](http://www.post-sv.de)



**Post SV Nürnberg**  
Mehr Sport geht nicht.