



13.09.2017 WALK DICH FIT FÜR KÖRPER UND GEHIRN

Teilnehmer für Studie gesucht!

Kennen Sie das? Etwas liegt Ihnen auf der Zunge, aber es fällt Ihnen nicht ein. Bewegung hilft! Denn Bewegung hält nicht nur körperlich fit, sondern fördert die Leistungsfähigkeit des Gehirns.

Für eine Studie zu diesem Thema am Zentrum für Gesundheitsförderung der Hochschule Rhein-Waal unter der Leitung von Prof. Dr. Robert Renner suchen wir untrainierte Personen, die an einem achtwöchigen Walk-Treff mit zwei Trainingseinheiten pro Woche teilnehmen. Im Rahmen der Studie werden Fortschritte und Ergebnisse durch Messungen nach wissenschaftlichen Standards erfasst.

Es entstehen keine Kosten für das Training. Sie benötigen lediglich Sportschuhe und bequeme Kleidung. Das Training wird im Forstgarten Kleve angeboten.

STUDIE KÖRPERLICHE
AKTIVITÄT UND
KOGNITIVE
FUNKTIONEN

SIE SIND GESUND UND
WOLLEN IHRE
KÖRPERLICHE FITNESS
VERBESSERN?

SIE HABEN SPAß AN
BEWEGUNG IN EINER
GRUPPE UND IN DER
NATUR?

SIE SUCHEN
MOTIVATION FÜR DEN
START?

SIE WOLLEN MEHR
ERFAHREN?
INFORMATIONEN-
VERANSTALTUNG:
13.09.2017, 19 UHR

HÖRSAALZENTRUM
HOCHSCHULE RHEIN-
WAAL

Anmeldung:

Ann-Kristin.Derks@hsrw.org

oder

Mobil: 0157 89702672