

**Dinsdag 17 september 2024**

## **Parkinson Boksen**



### ***Boksen als medicijn tegen Parkinson***

*Steeds meer sportscholen en praktijken voor fysiotherapie in Nederland en België bieden de sport Parkinson Boxing aan. Mensen met de ziekte van Parkinson zouden veel baat hebben bij deze vorm van bokstraining, omdat ze hiervoor dubbele taken moeten uitvoeren.*

*Het gaat hierbij om non-contact boksen. Er wordt gebokst tegen bokszakken, niet tegen elkaar. Tijdens de trainingen worden oefeningen om te boksen gecombineerd met functionele oefeningen. Denk bij die laatste aan oefeningen gericht op balans en kracht.*




*Alle oefeningen zijn ook uit te voeren vanuit een (rol)stoel.*

Gastspreeker: Frans Verhaegen, eigenaar Verhaegen Sports Gym en bewegingsagoog SGL  
Datum: dinsdag 17 september 2024  
Tijd: 14.00u -16.00u (inloop vanaf 13.30u)  
Locatie: 't Trefpunt  
Pancratiusstraat 23  
Munstergeleen

Na afloop van de presentaties (ongeveer 15.30u) een gezellige samenzijn;  
we kijken ernaar uit u weer te ontmoeten!

Namens Onno en Michael  
Met vriendelijke groet,

Gerlach Roomans  
Coördinator Parkinson Café Sittard-Geleen

	<a href="https://www.parkinson-vereniging.nl/parkinson-cafe-sittard-geleen">https://www.parkinson-vereniging.nl/parkinson-cafe-sittard-geleen</a>
	<a href="mailto:info@parkinsoncafesittard-geleen.nl">info@parkinsoncafesittard-geleen.nl</a>
	Gemeenschapshuis 't Trefpunt, Pancratiusstraat 23, Munstergeleen