



Pressemitteilung

Gemeinschaftsklinikum Koblenz-Mayen, St. Elisabeth Mayen

Mayen, 12. Dezember 2007

**Gemeinschaftsklinikum
Koblenz-Mayen**

ZENTRALE DIENSTE

Kerstin Dillmann
Presse- und
Öffentlichkeitsarbeit

Koblenzer Straße 115-155
56073 Koblenz

Telefon: 0261 / 499- 1004
Telefax: 0261 / 499- 1020

kerstin.dillmann@
gemeinschaftsklinikum.de
www.gemeinschaftsklinikum.de

Bankverbindungen:

Sparkasse Koblenz
BLZ: 570 501 20
Konto: 489

Postbank Köln
BLZ: 370 100 50
Konto: 386 54-505

Zentrum für Gesundheitsförderung erweitert sein Kursangebot

MAYEN. Sie ist da: die neue Broschüre des Zentrums für Gesundheitsförderung Mayen (zgfm). Auch in diesem Jahr hat die Einrichtung am Gemeinschaftsklinikum St. Elisabeth Mayen ihr umfassendes und bewährtes Angebot erweitert. Neben Kursen wie Pilates (mittwochs, 16 bis 16.45 Uhr) und Aqua Fitness für alle (dienstags 16 bis 16.30 Uhr) werden auch Ernährungskurse angeboten. So startet bereits am 23. Januar einer der vier Kurse „Gesundes Essen“. „Übergewicht, nein danke“ heißt es im Angebot vom 10. Januar bis 6. März (9 bis 10.30 Uhr) bzw. vom 15. Januar bis 11. März (15.30 bis 17 Uhr). Neu im Programm ist auch „Beckenbodentraining für Frauen“ – mittwochs von 17 bis 17.45 Uhr. Alle Kurse laufen mehrmals pro Jahr.

Montags bis freitags von 10 bis 10.45 Uhr haben Sie die Möglichkeit, unter fachlicher Anleitung ein Gelenktraining an Geräten zu absolvieren. Mehr über das umfassende Angebot im Internet unter www.gemeinschaftsklinikum.de (Stichwort Aktuelles), per Telefon unter 02651/83-3250 oder in der neu aufgelegten Broschüre, die im Krankenhaus ausliegt.