

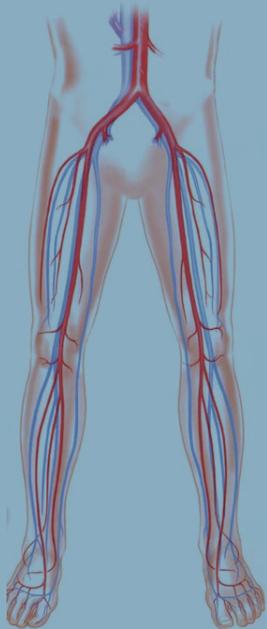
AVK

ARTERIELLE VERSCHLUSSKRANKHEIT DER BEINE

In der Fachsprache:

Periphere arterielle Verschlusskrankheit

Arteriosklerosis obliterans
periphere Durchblutung



Koronar - Sportverein Braunschweig e.V.
Ilmenastr. 2, 38120 Braunschweig

Tel: 0531 - 28 43 193

Fax: 0531 - 28 44 075

koronar-sv.bs@kabelmail.de

www.koronar-bs.de



Wird für Sie das Laufen, Einkaufen,
Spaziergänge, Wanderungen, Tanzen
oder Radfahren zum Problem?
Sie haben Schmerzen in den Beinen
oder im Gesäß?

SIE KÖNNEN **AKTIV**
ETWAS DAFÜR TUN.



Mit der Teilnahme in einer

AVK SPORTGRUPPE





Wann und Wo?

Koronarsportverein Braunschweig

Rote Wiese

Dienstag 10:30-12:00 Gruppe 1

Dienstag 12:00-13:30 Gruppe 2

Sporthalle Waldorfschule

Mittwoch 16:30-18:00 Gruppe 3&4

Stand 18.04.2023

Wer leitet die Gruppen?

Spaß an der Bewegung und
der Austausch mit Gleichgesinnten,
auch außerhalb der Turnhalle.



Gruppe 1 und 2

Gabriele Beutnagel
Sportgesundheitstherapeutin
Telefon: 05333 - 682



Gruppe 3 und 4

Marion Schneider
Physiotherapeutin
Telefon: 0531 - 55681

Ziele der Gruppen

**Voraussetzung ist eine ärztliche Verordnung
über 90 AVK Sporteinheiten mit Gehtraining
in 18 Monaten.**

- ... Verbesserung der Gehstrecke
- ... Gehschulung
- ... Gehtraining

- ... Erlernen von Lockerungs-
und Massagetechniken

- ... Verbesserung der Durchblutung
der Beine
- ... Kräftigung der Fuß- und
Beinmuskulatur
- ... Dehn- und Gleichgewichtsübungen

- ... Verbesserung der „Kollateralbildung“
d.h. Umgehungen der verengten
Beinarterien

- ... Spaß an der Bewegung und
der Austausch mit Gleichgesinnten

