

Sportliches Gewinnspiel in der Reha-Vita wartet auf Besucher

Führungen mit Geräte-Tests und Muskel-Messungen

Cottbus. Rund um Gesundheit und Fitness dreht sich zur Nacht der kreativen Köpfe das Programm in der Cottbuser „Reha Vita“. Ein sportliches Gewinnspiel führt die Besucher durch die Einrichtung. „Wir haben einen Pfad erarbeitet, auf dem sich die Cottbuser verschiedene Stationen anschauen können“, sagt die Assistentin der Geschäftsführung, Viktoria Draws. Unter ihrer Federführung haben sich Sport- und Physiotherapeuten, Sportlehrer, Diätassistenten und Psychologen auf die Besucher der „Nacht der kreativen Köpfe“ vorbereitet. Mindestens vier von zehn



Viktoria Draws

Stempeln genügten, um am Gewinnspiel teilzunehmen. Die Stationen umfassen Tests, Gesundheitskurse, Körperfettanalyse, kleines EKG oder die Messung der Rückenmuskulatur. Neben Vorträgen können Sportgeräte getestet werden, mit deren Hilfe

Patienten unter fachlicher Anleitung ihre körperlichen Beschwerden behandeln. Gleichzeitig gibt es interessante Fitnessangebote, die über Kurse besetzt werden. „Wir stellen unser neues Zirkeltraining vor“, sagt Viktoria Draws. Dabei handle es sich um ein Gruppentraining mit Switching-Geräten. Die Teilnehmer wechselten nach einem Signal die zehn Switching-Geräte, mit deren Hilfe Muskelgruppen und der Kreislauf beansprucht werden. Für die Kinder hat das Team um Viktoria Draws zur kreativen Nacht einen Parcours vorbereitet, auf dem sie sich sportlich betätigen können. „Anschließend dürfen sie sich aus der Schatzkiste etwas zum Naschen mitnehmen“, verrät sie. *Adelheid Floß*

◆ Weitere Angebote

Die Reha-Vita öffnet am Samstag ab 19 Uhr ihre Türen in der Cottbuser Feigestraße. Stündlich wechseln sich Vorträge rund um Rückenschmerzen, Demenz und Stress ab. Von 19 Uhr bis 24 Uhr unterhält Schriftstellerin Franziska Steinhauer die Besucher mit Auszügen aus ihren Krimis.



Sporttherapeutin Romy Pehla erklärt am Ruderzug die Handhabung des Sportgerätes.