

# Osteoporose

## Praxis + Theorie

**24. Feb 2018 | 13.00 - 14.30 Uhr | Kursnr. 1802**

Was ist und wie entsteht Osteoporose? Primäre und sekundäre Osteoporose, Einflussfaktoren, Risikofaktoren. Symptome, Diagnostik und medizinische (systemische) Therapie.

Was kann Sport bewirken und welches Training ist für wen – auch präventiv – geeignet?

Wie sollte eine knochenfreundliche Ernährung aussehen?

**Mit Marion Glauche:** Fitnesstrainerin B-Lizenz Deutsche Fitnessakademie, Osteoporosetraining, Shiatsu-Anwendungen

**Preis: 10,- € / 15,- € (Mit-/Nichtmitglieder)**