

# Ein Tag nur für Frauen

Aktionstag bei »Rehafit«: Vorträge und Infos rund um die Gesundheit

Halle (pes). Frauen tun nunmehr für ihre Figur, achten mehr auf Ernährung und ihre Gesundheit. Im Gesundheitszentrum »Rehafit« von Marion Stöppelwerth-Giljohann merkt man das an der täglichen Besucherfrequenz, aber auch am großen Interesse am nächsten Tag der offenen Tür. Das ist nämlich ein reiner Frauentag.

Gesundheitstrainer Christian Mense hat das Programm von 11 bis 17 Uhr für den kommenden Sonntag ausgearbeitet und hat sich dabei orientiert am Erfolg von 2008. Damals waren knapp 400 Besucherinnen da, um sich über das Angebot im »Rehafit« zu informieren. Diesmal stellen sich gleich auch zwei neue Kolleginnen mit neuen Fachbereichen vor. Die Logopädin Marie-Luise Thies und die Ergotherapeutin Melissa Leopold sind jetzt mit eigenen Praxisräumen im Komplex an der Langen Straße/Ecke Gausekampweg vertreten.

Wer gleich zum Start um 11 Uhr kommt, wird am Sonntag mit einem Glas Sekt empfangen. Die Geräte auf der Trainingsfläche stehen zum Ausprobieren zur Verfügung, gleichzeitig kann man sich anmelden für eine der kostenlosen Schnuppermassagen, die um 11.30 Uhr beginnen. Um 12 Uhr ist der erste Vortrag vorgesehen: Der Heilpraktiker Heiko Kaiser informiert über das Thema »Diagnose: Osteoporose bei Frauen«. Ab 13 Uhr beschäftigt sich die Heilpraktikerin und Kinesiologin Claudia Schick mit dem Thema »Frauen in der Balance – Stressbewälti-



Die Frauen von »Rehafit« laden zum Frauentag ein. Stehend von links: Carolina Dick, Diana Solito, Svenja Diekhaus, Sabrina Paul, Katja Deike, Maya

Weingard, Melissa Leopold und Marie-Luise Thies. Vorne von links: Sandra Babel, Hannah Böttcher, Sina Redeker und Marion Stöppelwerth-Giljohann.

gung durch Kinesiologie«. Um 14 Uhr ist dann ein weiterer Vortrag vorgesehen. Dr. Christian Schürmann, als Berater bei »Rehafit« tätig, spricht über »Die weiblichen Hormone – Funktion und Veränderung im Alter«.

Im Rahmen des Frauentages erwarten die Besucherinnen noch weitere externe Fachleute. Nicole Reupohl gibt Fußpfegetipps und informiert über Behandlungen für dauerhaft gesunde Füße, das Unternehmen »Transforming« aus

Bad Rothenfelde zeigt den Zusammenhang auf zwischen Möbeln und gesundem Leben. Friseurmeisterin Nejla Dincer und die Fotografin Susanne Güttler aus Steinhagen haben sich eine besondere Aktion ausgedacht. Die eine styler und berät, die andere macht vom Ergebnis ein schmales Portraitfoto.

Die Diätassistentin Anette Peters, tätig für eine Haller Arztpraxis, berät über gesunde Ernährung. Und wer überflüssigen Pfun-

den durch Laufen begegnen will, kann bei Britta Ewert von Ewy-Sports aus Borgholzhausen eine Lauf- und Ganganalyse per Video auf dem Laufband durchführen lassen. Dazu gibt es gleich eine Beratung über das richtige Schuhwerk.

Es lohnt sich übrigens, Sportkleidung zu tragen oder mitzubringen: Um 15 Uhr (»Bauch, Beine, Po«) und 15.30 Uhr (»Body-Fit-Mix«) laufen zwei Schnupperkurse zum Mitmachen.