27. März 2020

**Internet-Training: Fit durch die Corona-Krise**

*Kostenloses Trainingsprogramm der Orthopädischen Universitätsklinik Bad Abbach für alle, die zu Hause unter dem Bewegungsmangel leiden*

Bad Abbach **– Daheim sitzen und warten ohne viel Bewegung im Freien – für viele Menschen ist es eine Tortur. Für die körperliche Fitness ist das ständige Herumsitzen Gift. Das Orthopädische Universitätsklinikum Asklepios in Bad Abbach hat deshalb ein Trainingsprogramm entwickelt, das auch in der Wohnung in nur 15 Minuten den Kreislauf in Schwung bringt, die Lungen belüftet und das Immunsystem stimuliert.**

**Die Webadresse zum Programm:**

https://www.facebook.com/asklepios.badabbach/videos/

**Sie finden diesen und weitere Pressetexte, Fotos sowie interessante Infos unter der Web-Adresse: http://orthopaedie.newswork.de**