



PARKINSON TISCHTENNIS

Start ab Dienstag 13.05.2025

**Für Menschen mit Parkinson
und Senioren ab ca. 60.**

**10:00 - 12:00 Uhr
S2 (Gymnastikraum)**

Nur für TVOe Mitglieder, 3x schnuppern erlaubt.

Neuen Erkenntnissen zu Folge soll das Tischtennisspielen therapeutische Wirkung auf Parkinsonpatienten haben.

Dabei wurden Studien herangezogen, die zu dem Schluss kamen, das Tischtennisspielen fördere die Beweglichkeit, in dem es die Spieler dazu bringt, sich auf jede erdenkliche Art und Weise zu bewegen - sich zu drehen, sich tief herunterzubeugen, hoch hinaufzureichen und von einer Seite zur Anderen zu drehen. Zudem werde die Auge-Hand-Koordination trainiert, da der Ball geschlagen wird, ohne auf den Schläger zu schauen.