

Pressemitteilung

Starnberg, 12. Juli 2019

„Entspannung pur“ mit neuen und bewährten Kursen

Anmeldungen für das neue Herbst-/Winterprogramm der Gesundheitsakademie Starnberg ab sofort möglich

Starnberg – „Entspannung pur!“ verspricht Maria de los Angeles Cuba, Leiterin der Unternehmenskommunikation Starnberger Kliniken, mit dem neuen Herbst-/Winterprogramm der Gesundheitsakademie (GAK). Dafür sorgen unter anderem die drei neuen Dozenten Elisabeth Wenzler, Dr. Lothar Birke und Ingrid Jarosch-Opitz. Sie erweitern das Programm der GAK um Kurse wie „Rückentraining mit Feldenkrais-Elementen“, „Taijiquan – Kunst der Bewegung“ oder „Die fünf tibetischen Übungen“. Ebenfalls neu ab diesem Semester: Kurse nicht nur unter der Woche, sondern auch am Wochenende. Natürlich finden sich im druckfrischen, 71 Seiten starken Programmheft wieder die bewährten Kurse aus den Bereichen „Rund um die Geburt“, „Bewegung und Entspannung“, „Ernährung“, „Kinder und Eltern“. Beratungsangebote, Schulungen und die Vorträge der Klinikärzte runden das vielfältige Angebot ab. Zu finden unter dem Dach der GAK sind zudem etliche Selbsthilfegruppen (Zöliakie, Anonyme Alkoholiker etc.). „Viele unserer Präventionskurse wie ‚Ernährung zur Gewichtsreduktion‘ werden übrigens von den Krankenkassen bezuschusst“, betont Cuba. So werden bis 80 Prozent der Teilnahmegebühren zurückerstattet.

Die ersten Kurse des neuen Semesters starten am 11. September. Los geht es an diesem Tag mit einem vielseitigen Angebot an Rückenkursen sowie „Yoga und Bewusstseinsweiterung“. Ebenfalls bereits im September starten die neuen Kurse „Rückentraining mit Feldenkrais-Elementen“ und „Die fünf tibetischen Übungen“. Bis Januar gedulden müssen sich Interessierte für den neuen Kurs „Taijiquan“. Dr. Lothar Birke führt die Teilnehmer ab Samstag, 11. Januar, in die „Kunst der Bewegung“ ein. Taijiquan, im Ursprung eine Kampfkunst, dient mittlerweile vornehmlich der Gesundheit, der Persönlichkeitsentwicklung und der Meditation.

Bildungseinrichtung für Prävention

Oßwaldstraße 1
82319 Starnberg
T +49 8151 18-2961
F +49 8151 18-2975
www.klinikum-starnberg.de

Leitung

Unternehmenskommunikation
Maria de los Angeles Cuba

Pressereferent

Stefan Berger
Unternehmenskommunikation
T +49 8151 18-1404
F +49 8151 18-2212
s.berger@starnberger-kliniken.de



Anmeldungen für alle Kurse sind ab sofort möglich unter der Telefonnummer 08151/182961, per E-Mail an info@gesundheitsakademie-starnberg.de oder auf der Homepage unter www.gesundheitsakademie-starnberg.de. Für persönliche Anmeldungen stehen die GAK-Mitarbeiterinnen Sabine Geiger und Ardit Berisha montags bis freitags von 8.30 bis 12.30 Uhr sowie mittwochs auch von 14 bis 16.30 Uhr zur Verfügung.

BU: Haben wieder ein abwechslungsreiches Programm für das neue Semester zusammengestellt: die beiden GAK-Mitarbeiterinnen Ardit Berisha (l.) und Sabine Geiger (r.) sowie Maria de los Angeles Cuba, Leiterin der Unternehmenskommunikation.



Die Holding Starnberger Kliniken GmbH vereint die Unternehmenstöchter Klinikum Starnberg, Klinikum Penzberg, Klinikum Seefeld und die Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe Außenstelle Wolfratshausen unter einem Dach. Geschäftsführer der Holding ist Dr. Thomas Weiler, Alleingesellschafter der Landkreis Starnberg. Ebenfalls zusammengeführt unter der Dachmarke „Starnberger Kliniken“ sind die Residence, die Berufsschule für Krankenpflege und die Gesundheitsakademie.