

Parkinsonboxningen

Parkinsonboxningen är en aktivitet som anordnas av Nyköpings Boxningssällskap. Den är speciellt anpassad för personer med Parkinsons sjukdom. Det har visat sig att regelbunden, intensiv träning ger positiva resultat. Då boxningen har en annan huvudman får våra medlemmar betala för denna aktivitet. Se vidare information nedan.



PD Boxträning – Ta fighten mot Parkinson!



**Varför är just
boxningsträning lämpad
för dig som har
Parkinson?**

Regelbunden, intensiv träning ger positiva resultat. Du får en omväxlande träning med koordination, styrka, balans, kognitiva övningar och kondition. Det är en träningsform som passar alla åldrar och är anpassad utifrån var och ens förutsättningar. Hos oss behöver du inte känna dig som en patient eller brukare. Du blir en fighter som slår tillbaka mot Parkinson.

Träningstider och avgift 2025:

Tider - tisdagar kl. 10:00 – 11:00

torsdagar kl. 10:00 – 11:00

Kom på gratis prova-på de två första gångerna!

Träningsavgift – Halvår 1500 kr och helår 2500 kr.

Betala med **swish 123 173 41 93** eller på **bankgiro 5502-8542**

**För frågor och anmälan kontakta Susann Wass
073-201 52 75**



**Den bästa träningen är den som blir av!
Varmt välkommen till oss på Nyköpings boxningssällskap**

Sporthallen vid Östra skolan

/Susann

Källa: Susann Wass, tränare Nyköpings boxningssällskap