



Stützpunkteröffnung Tischtennis gegen Parkinson bei der DJK B.-W. Münster am Sa., 01. Juli 2023 / 15 Uhr

Parkinson ist nicht ansteckend - PingPongParkinson schon

Ping-Pong bzw. Tischtennis und Parkinson, das klingt im ersten Moment nach einer seltsamen Kombination. Tatsächlich passt es erstaunlich gut zusammen.

Tischtennis fördert die Motorik, die Beweglichkeit und das Reaktionsvermögen. Es verbessert die Gedächtnisleistung, den Gleichgewichtssinn und das Konzentrationsvermögen. Und: Es macht vor allem sehr viel Spaß.

Menschen, die ganz unterschiedliche Erfahrungen mitbringen, kommen zusammen und trainieren miteinander, fordern einander und feiern Erfolge. Im sportlichen Miteinander kann das Selbstvertrauen jedes Einzelnen wachsen.

Eine **Studie** ergab, dass sich bei Menschen mit Parkinson, die sechs Monate lang einmal pro Woche an einem Trainingsprogramm teilnahmen, eine **Verbesserung Ihrer Symptome** zeigten. Die Studienteilnehmer ließen unter anderem Verbesserungen in **Sprache, Handschrift und Mobilität** erkennen.

Im Rahmen eines großen **Familientags Tischtennis am 01. Juli 2023** (Heinrich-Heine-Straße 9, 64839 Münster) möchten wir gemeinsam mit PingPongParkinson Deutschland* sowie allen Interessierten und Medienvertretern, den PPP-Stützpunkt der DJK B.-W. Münster eröffnen.

Ab Juli wird die DJK B.-W. Münster **jeden Mittwochvormittag von 11:00 - 12:30 Uhr** ein **festes Trainingsangebot** für an Parkinson erkrankte Menschen anbieten. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, an einem Schnupperangebot teilzunehmen!

Für Rückfragen stehen gerne zur Verfügung:

René Stork (Trainer-/Trainingskoordinator Tischtennis-Abteilung): rene.stork@djk-muenster.de

Karina Beck (Kursleiterin Parkinson-Angebot): karina.beck@djk-muenster.de

Bianca Wilferth (Leiterin Tischtennis-Abteilung): bianca.wilferth@djk-muenster.de

*PingPongParkinson Deutschland ist der bundesweite Zusammenschluss von kooperierenden Vereinen und Einzelpersonen, der sich mit dem Mittel Tischtennis ehrenamtlich um Personen mit Parkinson und deren Angehörige kümmert. Ehrenmitglied ist u.a. Herren-Bundestrainer und Vereinsmitglied der DJK B.-W. Münster Jörg Roßkopf. Mittlerweile existieren bundesweit 170 Stützpunkte. Weitere Infos: www.pingpongparkinson.de