



Training auf dem Sensopro für Hörbehinderte mit Tommy Herzog

(Cochlea-Implantat / CI und Hörgeräten)



Koordination und Beweglichkeit sind für Hörbehinderte zwei wichtige Faktoren für Ihre Leistungsfähigkeit.

- Koordination ist einmal das Zusammenspiel von Muskeln und dem Nervensystem und aus sportlicher Sicht das Zusammenspiel von motorischen und sensorischen Fähigkeiten. Desto besser all das funktioniert, desto besser funktionieren Bewegungsabläufe.

Wir suchen 1- 2 Hörgeschädigte, die einmal pro Woche, ca. 2 -3 Monate an unserem Projekt- **Training auf dem Sensopro** teilnehmen, die mithelfen ein Trainings-Programm zu entwickeln und Erfahrung zu sammeln. Das koordinative und Balanceprobleme verbessert und weiterentwickelt. Mit diesem Training kräftigst du dich ganzkörperlich und stärkst gleichzeitig dein Gleichgewicht.

(Kosten des Trainings werden von help and hear übernommen.)

TOMMY HERZOG - WIE ICH BEWEGE

Heute gebe ich mein Wissen und meine Erfahrungen weiter. An junge Talente und sportbegeisterte Menschen. Ich begleite Menschen, für die Bewegung eine Herzensangelegenheit ist, auf ihrem Weg zu ihren ganz persönlichen Zielen. Wie auch immer diese aussehen.

Ich gebe nur weiter, wovon ich selbst auch felsenfest überzeugt bin. Alle meine Trainings basieren auf Selbsttest, stundenlangen Tüfteleien nach dem perfekten Ablauf und Aufbau und stetiger Weiterentwicklung. Damit dein Weg ein erfolgreicher wird!

Tommy Herzog www.herzog-training.ch / TRAININGSHALLE Grasweg 20, 6222 Gunzwil

Kontaktperson: help and hear: Jörg Burri, email: joerg.burri@help-and-hear.com oder 079 648 56 33
www.help-and-hear.com

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt

dazugeHÖREN