

2020



**ligue fribourgeoise contre le cancer
krebsliga freiburg**



Physiothérapie active

Aktive Physiotherapie

Vous êtes encore en traitement ou l'avez terminé et souhaitez reprendre une activité physique tout en douceur ?

Participez à des sessions d'entraînements en groupe, composées d'exercices d'assouplissement, de renforcement et de réentraînement à l'effort. Améliorez ainsi votre bien-être et votre condition physique dans le respect de vos limites, dans une ambiance conviviale.

Möchten Sie gern wieder körperlich aktiv werden? Sind Sie noch in Behandlung, oder liegt die Therapie hinter Ihnen?

In unserem Gruppenkurs konzentrieren wir uns auf schonende Lockerungsübungen, Muskelkräftigung und Ausdauertraining in einer entspannten Atmosphäre. Machen Sie mit und verbessern Sie Ihr Wohlbefinden und Ihr Leistungsvermögen im Rahmen Ihrer persönlichen Möglichkeiten.

Quand

Session d'hiver

12 séances du 13.01 au 3.04.2020

Session de printemps/été

12 séances du 20.04 au 10.07.2020

Session d'automne

12 séances du 7.09 au 11.12.2020
(2 semaines de pause durant les vacances d'automne)

**le mardi de 11h00 à 12h00
ou**

le jeudi de 17h00 à 18h00

Où

Centre ITS (2^{ème} étage)
Rue de la Banque 4
1700 Fribourg

Remboursement / Coût

Avec une ordonnance médicale pour 9 séances de physiothérapie (à remettre lors du premier cours), le cours est remboursé par l'assurance maladie de base.

Sans ordonnance Fr. 220.--/cours, à payer comptant

Inscription

Au plus tard une semaine avant le début du cours auprès de la Ligue. Le cours a lieu dès 4 inscriptions.

**026 426 02 90 ou
info@liguecancer-fr.ch**

Wann

Winter

12 Stunden vom 13.01. bis am 3.04.2020

Frühling/Sommer

12 Stunden vom 20.4. bis am 10.07.2020

Herbst

12 Stunden vom 7.09. bis am 11.12.2020
(2 Wochen Pause in den Herbstferien)

**dienstags von 11.00 bis 12.00 Uhr
oder**

donnerstags von 17.00 bis 18.00 Uhr

Wo

Centre ITS (2. Stock)
Rue de la Banque 4
1700 Freiburg

Rückerstattung / Kosten

Mit einer ärztlichen Verordnung für 9 Gruppen-Physiotherapiestunden wird der Kurs von der Grundversicherung übernommen. (Bitte bringen Sie Ihr Arztzeugnis am ersten Termin mit.) Ohne Arztzeugnis Fr. 220.--/Kurs, Barzahlung

Anmeldung

Bis spätestens eine Woche vor Kursbeginn bei der Krebsliga Freiburg. Die Trainingsstunden finden ab 4 Anmeldungen statt.

**026 426 02 90 oder
info@liguecancer-fr.ch**



**ligue fribourgeoise contre le cancer
krebisliga freiburg**



les Ligues de santé
du canton de Fribourg
die Gesundheitsligen
des Kantons Freiburg

