

PingPongParkinson

**MEHR ALS NUR EIN SPORT:
EINE WIRKLICHE UNTERSTÜTZUNG
IM ALLTAG**



DAS GEDÄCHTNIS STIMULIEREN:

Tischtennis fordert das Gehirn durch Antizipation, Konzentration und schnelle Entscheidungsfindung.



DIE KOORDINATION VERBESSERN:

Es fördert die Hand-Auge-Koordination, die Präzision der Bewegungen, die Feinmotorik und hilft, die Bewegungen trotz Steifheit flüssiger zu machen.



SOZIALE STÄRKUNG:

Die Praxis fördert den Austausch, das Teilen, die Motivation und reduziert das Gefühl der Isolation.



DU LEBST MIT MORBUS PARKINSON UND MÖCHTEST TISCHTENNIS SPIELEN?

Kontaktiere den Inklusionsverantwortlichen von Swiss Table Tennis

Fabrice Descloux

(fabrice.descloux@swisstabletennis.ch).

Er hilft dir, ein passendes Tischtennisangebot in deiner Region zu finden.



BESUCHE DIE WEBSITE

www.pingpongparkinson.ch

Dort findest du zahlreiche Angebote für Trainings und Wettkämpfe.



**DIE SCHWEIZ SPIELT
TISCHTENNIS!**