



AQUACURA

Die therapeutische Wassergymnastik

Das sind Ihre Vorteile als Mitglied

- Sie werden bevorzugt über neue Angebote, aktuelle Vorträge und Veranstaltungen informiert
- Sie erhalten gratis vierteljährlich die Zeitschrift «forumR» der Rheumaliga Schweiz
- Sie profitieren von deutlich reduzierten Tarifen bei:
 - Allen therapeutischen und vorbeugenden Bewegungskursen
 - Patientenschulungen
 - Themenveranstaltungen und Vorträgen
 - Ausflügen und Bewegungswochen
- Kostenlose Gesundheitsberatungen

Rheumaliga Bern

Gurtengasse 6
3011 Bern
Tel. 031 311 00 06
info.be@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/be



Rheumaliga Bern
Bewusst bewegt



Was ist Aquacura?

Verbessern Sie Ihre Lebensqualität. Durch Aquacura – Gymnastik in warmem Wasser. Aquacura sind Kurse, die helfen, Ihre durch eine rheumatische Erkrankung bedingten Einschränkungen zu erleichtern. Sie schulen die Mobilität und beugen den Schwierigkeiten vor, die durch Bewegungsmangel und Schmerz entstehen, und steigern dadurch Ihre Lebensfreude.

Aquacura ist eine wirkungsvolle Therapieform zur Verbesserung Ihrer Beweglichkeit, Ausdauer, Kraft und Koordination. Sie schult Ihre Körperwahrnehmung und lehrt, wie Sie sich entspannen können. Aquacura findet als Gruppentherapie im warmen Wasser statt. Warmes Wasser ist ideal, weil Sie dank seinem Auftrieb, Widerstand und Druck Ihre Bewegungen wesentlich angenehmer erleben als an Land. Es schont die Gelenke und ist äusserst wohltuend.

Kursangebot

Keine Vorkenntnisse notwendig

Kursort

Bern, Bern-Bümpliz, Biel-Mett, Burgdorf, Bévillard, Frutigen, Gwatt, Interlaken, Langnau, Meiringen, Münchenbuchsee, Schwarzenburg, Rüfenacht, St. Urban bei L'thal

Wir bauen unser Kursangebot laufend aus. Bitte fragen Sie uns an.

Kursleitung

Aquacura-Kurse werden von diplomierten Physiotherapeutinnen/-therapeuten geleitet. Die meisten grossen Krankenkassen übernehmen durch die Zusatzversicherung einen Teil der Kurskosten.

Kurstage/Kurszeiten

Über Kursdaten und Orte gibt Ihnen die Geschäftsstelle gern Auskunft!

Kosten

Je nach Bad / Kursort / Mitgliedschaft zwischen CHF 8.50 (exkl. Eintritt) bis CHF 17.40 (inkl. Eintritt)
Die Unfallversicherung ist Sache der Teilnehmenden.

Kursbeginn

Jahreskurs/Einstieg jederzeit möglich

Anmeldung

Rheumaliga Bern
Gurtengasse 6
3011 Bern
Tel. 031 311 00 06
info.be@rheumaliga.ch
www.rheumaliga.ch/be