



MAGYARORSZÁGI TAOISTA TAI CHI TÁRSASÁG

TAOIST TAI CHI SOCIETY OF HUNGARY

Harmónia, egyensúly, egészség

ALTERNATÍV MOZGÁSTERÁPIA PARKINSON-KÓRRAL ÉLŐKNEK

Parkinson betegek számára évente kétszer, tavasszal és ősszel tartunk ingyenes, 6 hetes foglalkozást a tai chi alapjairól a Semmelweis Egyetem Neurológiai Klinika tornatermében (1083 Budapest, Balassa u. 6.)

A 6 alkalmas, heti 1 órás foglalkozások után az érdeklődők Társaságunk budapesti állandó klubhelyiségében folytathatják a tai chi gyakorlását.

A következő induló csoport pontos dátumáról a +36-20-262-9796 mobilszámon érdeklődhet.

HOGYAN JAVÍTHAT A TAOISTA TAI CHI™ A PARKINSON-KÓRRAL ÉLŐK ÉLETMINŐSÉGÉN?

A Parkinson-kór klasszikus tünetei között szerepel a rigiditás (izomtónus fokozódás okozta merevség) és a tartási instabilitás. A betegek gyakran számolnak be az egyensúlyérzékük romlásáról, mely csökkentheti a mozgásképességet és megnöveli az elesés kockázatát.

A tai chi lassú, kontrollált mozdulatai fejlesztik az egyensúlyérzékét és segítenek visszaszerezni a mozgás közbeni biztonságérzetet. Tudományos kutatások is igazolják, hogy a tai chi gyakorlása segíthet a Parkinson-betegek egyensúlyi zavarainak kezelésében

(részletesen: Fuzhong Li et al: Tai Chi and Postural Stability in Patients with Parkinson's Disease, New England Journal of Medicine, (2012) 366:511-9).



A Taoista Tai Chi™ egészségre gyakorolt pozitív hatásairól részletes információt talál a Magyarországi Taoista Tai Chi Társaság honlapján:

<http://www.taoistataichi.hu/node/154>

www.taoistataichi.hu