

## Diabetessport



Bewegung ist eine wichtige Säule bei der Behandlung des Diabetes. Jede Diabetes-Therapie, sollte Bewegung beinhalten. Denn regelmäßige sportliche Bewegung vermindert die Menge des zu spritzenden Insulins, lässt die Körperzellen Glukose effektiver aufnehmen, verzögert und stoppt Blutgefäßerkrankungen, regt die Durchblutung an und stärkt die Herztätigkeit und führt in der Regel zur Senkung des Bluthochdruckes, erleichtert die Kontrolle des Körpergewichts und verbessert die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefindens und steigert damit die Lebensqualität.

### Ansprechpartner

**Diana Marušić, Telefon + Fax 0721 / 496789**

[marusic@gesundheitsport-karlsruhe.de](mailto:marusic@gesundheitsport-karlsruhe.de)

Daxlanden

MTV

#### **SPASS UND BEWEGUNG MIT DIABETES**

Do, 10.45 - 11.45 Uhr

10 x 60 min

ganzjährig

Philippus-Saal, Am Anger 6b

Kosten: Mitglied frei, Gast 30 € oder mit Verordnung

Grötzingen

MTV

#### **SPASS UND BEWEGUNG MIT DIABETES**

Fr, 10.00 - 11.00 Uhr

10 x 60 min

ganzjährig

Hanne-Landgraf-Haus, Am Gießbach 30

Kosten: Mitglied frei, Gast 30 € oder mit Verordnung

Nordweststadt

SG Siemens

#### **DIABETES**

Mi, 09.00 - 09.45 Uhr

45 min

ganzjährig

SG Siemens, Hertzstr. 23

Kosten: Mitglied auf Anfrage, Gast mit Verordnung

## Diabetessport

Waldstadt SSC

---

### **SPORT BEI DIABETES**

Fr, 10.30 - 11.20 Uhr

50 min ganzjährig

SSC-Zentrum, Spiegelsaal, Am Sportpark 5

Kosten: Mitglied auf Anfrage, Gast mit Verordnung

## Vereine in der Region

Bretten TV Bretten

---

### **DIABETIKERSPORT**

Mo, 14.15 - 15.45 Uhr

90 min ganzjährig

Schulsporthalle Rinklingen, Hauptstr. 12

Kosten: Mitglied auf Anfrage, Gast mit Verordnung

Busenbach TV Busenbach

---

### **DIABETESSPORT**

Mo, 18.00 - 19.00 Uhr

60 min ganzjährig

TVB-Halle, Schulstr. 17

Kosten: Mitglied frei, Gast mit Verordnung