

Diabetes kann jeden treffen

Wir verbinden, unterstützen und vernetzen
Menschen mit Diabetes

Kontakt

[diabetessolothurn](https://www.diabetessolothurn.ch)
Solothurnerstrasse 7
4600 Olten
T 062 296 80 82
E info@diabetessolothurn.ch
www.diabetessolothurn.ch



Öffnungszeiten

Montag 09.00 - 11.00 Uhr
Mittwoch 09.00 - 11.00 Uhr / 14.00 - 17.00 Uhr
Donnerstag 09.00 - 11.00 Uhr / 14.00 - 17.00 Uhr



DIAfit Sportgruppe Olten

Sportprogramm

für Menschen mit Diabetes



Steigern Sie Ihre **Lebensqualität** und lernen Sie
mit Ihrem Diabetes besser umzugehen.

Unser DIAfit-Sportprogramm unterstützt Sie dabei.

*2004 – 2024
seit 20 Jahren in Bewegung*



Trainingsprogramm

Wir bieten Ihnen, ein vielseitiges und auf Sie angepasstes Sportprogramm an. Pro Woche können Sie mit folgenden Aktivitäten Ihren Lebensstil und Ihre Lebensqualität verbessern.

Aktivität	Zeit	Ort	Therapeut
ZämeWalke (Laufen und Gymnastik)	Montag 9:00 bis 10:00 h	Stadthalle Erlimatt 3 4600 Olten	Christine Brodbeck eidg. dipl. Turn- und Sportlehrerin
Wasser- Gymnastik	Montag 17:00— 18:00 h	Hallenbad Schulhaus Hinterbüel Wangen	Irene Hebeisen eidg.dipl. Physio- und DIAfit-Therapeutin
Krafttraining	Dienstag 8:00—9.00 h	MTT Raum Kantonsspital Olten	Eugène Bloem dipl. Physiotherapeut FH
Krafttraining	Donnerstag 8:00 - 9:00 h	MTT Raum Kantonsspital Olten	André Steiger Dipl. Physiotherapeut FH Fachleiter amb. Programme Kantonsspital Olten

Sie werden von ausgebildeten DIAfit-Therapeuten, welche unter der ärztlichen Leitung von Frau Dr.med. Muoi Strub und Frau Verena Baumberger (Leiterin DIAfit-Gruppe Olten, T 062 849 36 07) stehen, gezielt gefördert und betreut.

Haftung: die Versicherung ist Sache der Teilnehmer u. Teilnehmerinnen. Voraussetzung ist eine kürzlich, günstige Untersuchung des Herzkreislaufzustands (inkl. Belastungs-EKG) beim Hausarzt oder Spezialisten.

Abos und Preise

Abonnementsmodell	Aktivitäten	Preis
6 Monatsabonnement Bei Vermittlung eines neuen DIAfit-Mitglieds erhalten Sie 20% Rabatt auf Ihr Abonnement	4 Aktivitäten	CHF 360.00
6 Monatsabonnement Bei Vermittlung eines neuen DIAfit-Mitglieds erhalten Sie 20% Rabatt auf Ihr Abonnement	1 bis 2 Aktivitäten	CHF 300.00

Wählen Sie aus den beiden Abonnementsmodellen Ihr passendes DIAfit-Abonnement aus.

Anmeldung Schnuppern

Verena Baumberger, Leiterin DIAfit Sportgruppe Olten. T 062 849 36 07 / M verena.baumberger@diabetessolothurn.ch