

Diabetes kann jeden treffen

Wir verbinden, unterstützen und vernetzen
Menschen mit **Diabetes**

Anmeldung und Auskunft

diabetessolothurn
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



DIAofit

Sportprogramm für Menschen mit Diabetes



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

Unser DIAfit-Sportprogramm **unterstützt Sie** dabei.



Trainingsprogramm

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

Aktivität	Zeit	Ort	Therapeut
Wasser-Gymnastik	Montag 16:00– 17:00 h	Hallenbad Schulhaus Hinterbüel Wangen	Irene Hebeisen
Krafttraining	Dienstag 8:00–9.00 h	MTT Raum Kantonsspital Olten	André Steiger
Krafttraining	Donnerstag 8:00 - 9:00 h	MTT Raum Kantonsspital Olten	André Steiger

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) 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.

Abonnementspreise

DIAfit Sportprogramm
1. Februar bis 31. Juli 2022

Abonnementsmodell	Aktivitäten	Abopreise
6 Monatsabonnement Bei Vermittlung eines neuen DIAfit-Mitglieds erhalten Sie 20% Rabatt auf Ihr Abonnement	3 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.