

# PINGPONGPARKINSON GRUPPE IN GRAZ

## 1 DER STARTSCHUSS IN NEW YORK

Am 1. März 2017 hat der New Yorker Musiker Nenad Bach - als Betroffener der Parkinson-Krankheit - mit Gleichgesinnten die weltweite PingPongParkinson-Bewegung ins Leben gerufen, mit dem Ziel, das Fortschreiten der Krankheit durch den Einsatz von Tischtennis als Form der Physiotherapie zu verlangsamen ([www.pingpongparkinson.org](http://www.pingpongparkinson.org)).

Jedes Jahr wurden und werden in den verschiedensten Ländern neue Vereine gegründet und seit April 2023 gibt es auch eine PingPongParkinson-Gruppe in Graz.

## 2 TISCHTENNIS ALS WIRKSAME THERAPIE BEI PARKINSON

Aus medizinischer Sicht gesehen ist Tischtennis die perfekte Therapieform für Parkinsonpatienten. Es werden die sportlichen und gesundheitlichen Aspekte mit dem Spaß am Spiel verbunden und Gehirn und Körper trainiert. Der Zusammenhalt in den Gruppen stärkt das Selbstvertrauen und die Solidarität und macht einfach Freude. Gespielt wird gemeinsam gegen den Parkinson

## 3 WANN UND WO?

- ➔ Die Sektion Tischtennis des **Vereins ATSE Graz** hat eine **PingPongParkinson** Gruppe ermöglicht. Ins Leben gerufen wurde die Gruppe von Andrea, einer von Parkinson Betroffenen, die im Verein spielt und die Gruppe betreut.
- ➔ Jeden Mittwoch und Freitag wird an 5 Tischen in einem völlig neu gestaltetem Trainingsraum des Vereins trainiert und zwar im
- ➔ **ASKÖ Bewegungszentrum** in der Schloßstraße 20, 8020 Graz-Eggenberg, Gebäudeteil B, Untergeschoß, gut beschriftet. Parkplätze vorhanden.
- ➔ Bei Interesse bitte melden bei Andrea per Mail [graz@pingpongparkinson.info](mailto:graz@pingpongparkinson.info) oder Telefon 0699 1686 1686.
- ➔ Bitte **unbedingt** Hallenschuhe mitbringen! Bälle sind vorhanden.
- ➔ <https://www.atse-graz.at/tischtennis/>
- ➔ Kosten: € 120 pro Jahr.