

# Schwitzen im Sitzen

*Sportgruppe erhält neue Stühle*

**Bad Salzuflen.** Neue Stühle hat die Multiple-Sklerose-Sportgruppe bekommen. Dank der Unterstützung, die in den neuen Räumlichkeiten im Esta-Bildungswerk, Schülerstraße 29 d, zum Einsatz kommt, soll es in den Trainingsbereichen Ausdauer, Koordination, Kraft, Beckenbodentraining im Sitzen effektiver zur Sache gehen.

Die gute Verbindung von Sport und Multipler Sklerose (MS), einer chronischen Erkrankung von Nervensystem und Rückenmark, sei zudem Grund für eine Plakataktion der Vereine „Präventio“ und „MS Kompetenznetz OWL“.

Diese sei angelaufen. Wie es in der Pressenotiz heißt, beginnt die Multiple Sklerose oft im jungen Erwachsenenalter – bei immer noch ungeklärter Ursache. Zahlreiche Studien hätten allerdings inzwischen gut belegt, dass sich körperliche Aktivität positiv auf den Verlauf der Krankheit auswirken könne. „Fachleute sehen in Studienergebnissen den Schlüssel für ein schützendes und aufbauendes Training des Immun- und Nervensystems“, heißt es.

---

Weitere Informationen gibt es im Internet: unter [www.praeventio-ev.de](http://www.praeventio-ev.de) und [www.ms-kompetenznetz-owl.de](http://www.ms-kompetenznetz-owl.de).