



**Sportliches Training bei  
Multiple Sklerose -  
Forschungserkenntnisse,  
Trainingsempfehlungen,  
Informationen zur SpOKs**



**08.02.2020, 11:00 Uhr  
Knappschaftskrankenhaus  
Sulzbach**



Termin: 08.02.2020, 11:00 Uhr  
Ort: Knappschaftsklinikum Saar  
An der Klinik 10  
66280 Sulzbach/Saar  
Referentin: Dr. phil. Stephanie Woschek  
Gebühr: kostenfrei

Sport stellt bei Multiple Sklerose eine gesundheitsfördernde, ja sogar therapeutische Maßnahme dar. Regelmäßiges sportliches Training schützt vor zahlreichen Begleiterkrankungen (z.B. Diabetes, Osteoporose, uvm.) und beeinflusst MS-spezifische Symptome, wie z.B. Fatigue.



Dr. Stephanie  
Woschek

#### Informationen:

- Deutsche Multiple Sklerose Gesellschaft Landesverband Saarland e.V.  
Lessingstr. 7, 66121 Saarbrücken,  
Telefon: 0681/379100,  
info@dmsg-saarland.de
- [www.spoks-ms.de](http://www.spoks-ms.de)
- MS Connect unter [www.msconnect.de](http://www.msconnect.de)  
(Gruppe „Spoks“)