

# Mit Zumba und Yoga die Gesundheit steigern



Die Schweizerische MS-Gesellschaft ist die erste Anlaufstelle für Menschen mit multipler Sklerose (MS) in der ganzen Schweiz. Mit einem vielfältigen Veranstaltungsangebot wollen wir MS-Betroffene informieren, aber auch im Alltag unterstützen und ihnen Abwechslung bieten. Wir sind sehr froh, dass wir in Zusammenarbeit mit der Klubschule Migros einen Zumba- und einen Yoga-Kurs anbieten können, die auf Menschen mit MS zugeschnitten sind.

Regelmässige Bewegung ist für Betroffene sehr wichtig, denn sie hat häufig einen positiven Einfluss auf die Symptome oder den Verlauf der MS. Dank den gut ausgebildeten, einfühlsamen Sportleiterinnen der Klubschule Migros haben die Betroffenen jeweils grossen Spass und verbessern ihre Gesundheit. Die nötige Infrastruktur sowie die administrative Organisation, die es für einen Sportkurs braucht, stellt uns die Klubschule Migros zur Verfügung. Dies ermöglicht uns, Kurse über einen längeren Zeitraum durchzuführen.

Unternehmen: **Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft**

Anzahl Mitarbeitende: **64**

Branche: **Non-Profit-Organisation**

Schulungen mit der Klubschule Migros: **Zumba, Yoga**



Luana Pellegrini  
Bereichsleiterin Kongress-  
& Veranstaltungsmanagement  
Schweizerische Multiple  
Sklerose Gesellschaft, Zürich