



Frauengesundheit

Kostenlose Vortragsreihe
im Landkreis Kelheim

on Tour

Knochengesund durchs Leben

Was Frauen über Osteoporose wissen
sollten – und wie Bewegung hilft

Knochengesund durchs Leben

Was Frauen über Osteoporose wissen sollten - und wie Bewegung hilft



Dr. Andrea Fenk-Mayer

Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie, Oberärztin der Sektion Wirbelsäule an der Klinik für Orthopädie der Universität Regensburg am Asklepios-Klinikum Bad Abbach, Wirbelsäulenchirurgin (Master DWG und Eurospine), Osteologin DVO (Dachverband für Osteologie/Knochenerkrankungen D/CH/AU)



Daniela Holzer
Physiotherapeutin

Osteoporose betrifft viele Frauen gerade ab der Lebensmitte – oft schleichend und lange unbemerkt. In ihrem Vortrag gibt Dr. Andrea Fenk-Mayer einen fundierten Überblick über Symptome, Diagnose, Therapiemöglichkeiten und vor allem wirksame Maßnahmen zur Vorbeugung. Im Anschluss erläutert Physiotherapeutin Daniela Holzer, welche Rolle gezieltes Krafttraining spielt und wie es zur Erhaltung der Knochengesundheit beiträgt. Ergänzt wird der Vortrag durch praktische Übungen, die einfach in den Alltag integriert werden können.



**Dienstag, 4. November 2025
um 18 Uhr**



**Tagungsraum im Kurhaus
Kaiser-Karl-V.-Allee 5
93077 Bad Abbach**

Die Teilnahme ist kostenfrei und ohne Anmeldung möglich!

Die Veranstaltungsreihe „Frauengesundheit on Tour im Landkreis Kelheim“ umfasst noch zahlreiche weitere Vorträge, die sich mit verschiedenen Erkrankungen und gesundheitlichen Besonderheiten bei Frauen befassen. Details und nähere Informationen finden Sie unter www.gesundheitsregionplus-kelheim.de

In Kooperation mit



ASKLEPIOS

