

# PRESSEMITTEILUNG

## **Neues KfH-Poster: „Trainingsprogramm für gesunde Füße“**

**Gesunde Füße bedeuten Lebensqualität und brauchen regelmäßig Pflege und Bewegung, um dauerhaft ihre Mobilität zu erhalten. Das neue KfH-Trainingsposter mit speziellen Übungen für gesunde Füße und zur Stärkung der Fußmuskulatur kann ab sofort beim KfH bestellt werden, so dass das Training zu Hause starten kann.**

Neu-Isenburg, 08.12.2025. Einseitige Belastungen und zu enge Schuhe lassen die Fußmuskulatur degenerieren. Die Folge: Die Füße können sich verformen, die Gewölbe abflachen und oftmals kann es zu Schmerzen kommen. Bereits ein fünf- bis zehnminütiges Training mehrmals die Woche kann solche Beschwerden verhindern oder lindern. Das neue Poster „Mein Trainingsprogramm für gesunde Füße“ im DIN A1-Format können Interessierte unter [info@kfh.de](mailto:info@kfh.de) kostenfrei bestellen. Es vereint alle 16 Übungen aus der vierteiligen Bewegungsserie des KfH-Magazins „aspekte“ für Patientinnen und Patienten; diese kann in den aspekte-Ausgaben 2025 unter [kfh.de/patienteninformationen](http://kfh.de/patienteninformationen) nachgelesen und heruntergeladen werden.

### **Fotolink:**

KfH-Poster „Mein Trainingsprogramm für gesunde Füße“

### **Bildunterschrift:**

Das KfH-Trainingsposter bietet 16 Übungen und Tipps, die bei typischen Fußbeschwerden helfen können.

### **Hintergrundinformation:**

Das KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V. steht für eine qualitativ hochwertige und integrative nephrologische Versorgung nierenkranker Patientinnen und Patienten. Es wurde im Jahr 1969 gegründet und ist damit zugleich der älteste und größte Dialyseanbieter in Deutschland. In rund 200 KfH-Zentren werden mehr als 17.400 Dialysepatientinnen und -patienten sowie aktuell etwa 76.000 Sprechstundenpatientinnen und -patienten umfassend behandelt.

### **HERAUSGEBER**

KfH Kuratorium für Dialyse und Nierentransplantation e.V.  
Martin-Behaim-Str. 20  
63263 Neu-Isenburg

### **PRESSESTELLE**

Ilja Stracke (Leitung)  
Telefon: 06102/359-328

Claudia Brandt (Assistenz)  
Telefon: 06102/359-464

[presse@kfh.de](mailto:presse@kfh.de)  
[www.kfh.de](http://www.kfh.de)