

NEU



Präventionskurse

Jetzt vorbeugen:

Gesundheitskurse und Ganzkörper-Training für jedermann

Mehr bewegen für mehr Gesundheit und Lebensfreude

Vorbeugen und fit bleiben in jedem Alter

Kosten-Beteiligung Ihrer Krankenkasse bis zu 80%





Präventionskurse

Stärken Sie Ihre Gesundheit durch gezieltes Training. Aktive Vorbeugung gegen Rücken- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Mehr Bewegung, eine ausgewogenere Ernährung und der richtige Umgang mit Stress steigern das Wohlbefinden.

Und noch wichtiger:

Wer vorbeugt kann das Entstehen von Krankheiten hinauszögern oder sogar ganz verhindern.



Aktiv starten:

- 1.)** Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse gezielt nach deren Bezuschussung zu Präventionskursen. Die Teilnahme wird mittlerweile von fast allen Krankenkassen unterstützt. Ihr Eigenanteil beträgt 20-30% der Teilnahmegebühr.
- 2.)** Gerne beraten wir Sie persönlich bei uns im Hause – schauen Sie doch einfach mal rein! Mit oder ohne Termin täglich von 8:00 – 18:00 Uhr.
- 3.)** Die Teilnehmerzahl pro Kurs ist begrenzt. Lassen Sie uns rechtzeitig gemeinsam einen für Sie passenden Termin finden.





In besten Händen

Kursdauer: 10 Wochen: 1xWoche

Kurse:

Mo.-Fr.

90 min

75 min

60 min

Die Kurse laufen ganzjährig rotierend – ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Physiowerkstatt Neikes & Würfel GbR

Hörnemannshof
Bahnhofstraße 315
47447 Moers

Telefon (0 28 41) **9 98 98 70**
info@physiowerkstatt.com

www.physiowerkstatt.com

