

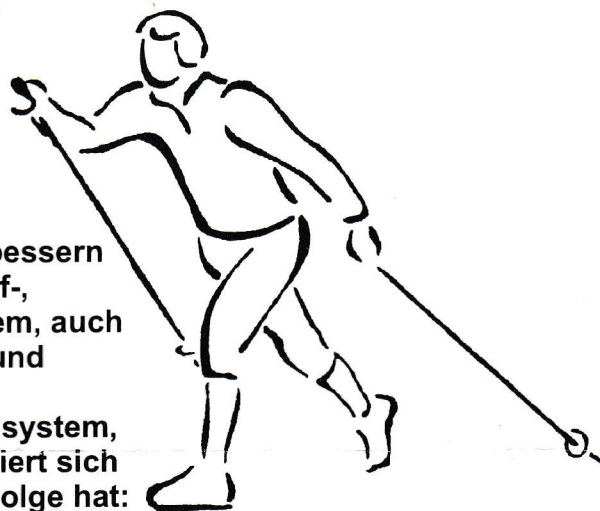
Wir in der



bieten

Ganzkörpertraining für Jedermann/frau

... in jedem Lebensalter, im ganzen Jahr,
in der freien Natur, mit Leuten,
die locker, lustig + gut drauf
sein wollen.



Fakt ist:

Schon nach kurzer Zeit verbessern
sich nicht nur Herz-Kreislauf-,
Koronar- und Atmungssystem, auch
Muskeln, Sehnen, Gelenke und
Knochen werden gestärkt.
Neben Stoffwechsel, Immunsystem,
Nerven + Hormonen stabilisiert sich
auch die Psyche - was zur Folge hat:

- mehr Freude
- mehr Zufriedenheit
- größeres Gesundheitsbewußtsein
- keine Vereinsamung

**MIT SPASS DEM KÖRPER
WAS GUTES TUN!**

NORDIC-WALKING

Teilnahmebedingungen + Anmeldung
Lothar Pathe 01578 - 2415724