

„Faszientraining
hat mich gerettet!“



Bäume ausreißen. Jung fühlen. Sexy sein.

Hocheffektives Training nach neuen Erkenntnissen der Forschung.
Für mehr Beweglichkeit, strafferes Gewebe und weniger Gelenkschmerzen.

 **Deutschland**
wird beweglich

 **Österreich**
wird beweglich

 **Die Schweiz**
wird beweglich

www.beweglicher.com

5 Wochen für mehr Beweglichkeit, gesunde Gelenke und ein straffes Gewebe.



Verklebte oder verhärtete Faszien können die Ursache von Gelenk- und Bindegewebsproblemen sein. Trainieren Sie deshalb Ihre Faszien.



Dr. Robert Schleip
Fascia Research Group,
Universität Ulm

„Die Faszien bilden in unserem Körper ein Netz und geben ihm dadurch Halt, Struktur und Form. Ob zum Beispiel der Oberschenkel schön straff und gespannt aussieht, hängt vom Tonus der ihn umgebenden bindegewebigen Hülle ab.



Außerdem können verletzte oder verfilzte Faszien die Ursache von vielen Beschwerden sein, z.B. Schmerzen in der Lendenwirbelsäule, den Schultern, im Ellenbogen oder im Nacken. Deshalb ist es wichtig, neben den Muskeln auch

die Faszien zu trainieren. Faszien-training sorgt also nicht nur für einen fitten Körper, sondern auch dafür, dass Sie sich mit jugendlicher Spannkraft, leichtfüßig federnd und schmerzfrei bewegen können.“

5 WOCHEN NUR 89,- EURO

inklusive

- Beweglichkeits- und Faszien-Check mit detaillierter Auswertung
- Individueller ganzheitlicher Trainingsplan (Ausdauer, Kraft, Faszien, Beweglichkeit), inklusive Einweisung und dauerhafter Betreuung
- Inklusive Nutzung der Kraft- und Cardiobereiche, aller Group Fitness Kurse und des Relaxbereichs.

Jetzt anmelden und Teilnahmeplatz sichern.

Telefon: 089 / 992874-314

Anmeldeschluss: 31. März 2017

Ihr Faszien- und Beweglichkeitsexperte:

Lizenzierter Partner der Aktion



SportScheck Allwetter – die Erlebnisanlage
Münchner Straße 15, 85774 Unterföhring, Tel. 089 / 992874-314
E-Mail: kundenberatung@SportScheckAllwetter.de
www.SportScheckAllwetter.de

www.beweglicher.com