



10 - 18 Uhr

RZ Rehabilitations-
zentrum
München GmbH

PhysioFitness
München

Ihr Fitness-Studio für Sport,
Gesundheit und Entspannung

Tag der offenen Tür

SO, 28.03.2010

Vorträge

- 11.00 - 11.30 Uhr **Fachärztliche Trainingsberatung - Neu ab April 2010**
(Chefarzt Dr. med. Erler, Facharzt für Orthopädie)
- 11.45 - 12.15 Uhr **Lymphdrainage: Möglichkeiten zum Schwellungsabbau an den Extremitäten u. am Rumpf** (Gerhard Berg, Physiotherapeut)
- 12.30 - 13.00 Uhr **„Kinesiologisches Taping“ – Die sanfte Heilmethode gegen Schmerzen**
(Hanne Weigl, Physiotherapeut)
- 13.15 - 13.45 Uhr **Wie werde ich Nichtraucher?**
(Petra Schreiber, Gesundheitsexpertin)

Die Leistung zählt:
Gesetzliche Krankenkassen stellen sich vor.

Präsentation der Firma Muckenthaler:
Möbel für rückenfreundliches Wohnen und Arbeiten

Bewegung ist Leben.

Kurse

- 10.30 - 11.00 Uhr **Wirbelsäulengymnastik**
- 11.00 - 11.30 Uhr **Flexibar**
- 11.30 - 12.00 Uhr **Beckenbodengymnastik**
- 12.00 - 13.00 Uhr **Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen**
(Susanne Maler-Krull, Dipl.-Psychologin)
- 16.00 - 17.00 Uhr **Musclemadness**
- 17.00 - 18.00 Uhr **Bodybalance**
- 11.00 - 14.00 Uhr **Spinning-Marathon**

Alle Kurse kostenlos!

3 Monate gratis bei Abschluss einer
12- oder 24-monatigen **Neumitgliedschaft!**
Keine Aufnahmegebühr!

Kostenlose Kinderbetreuung von 10.00 - 18.00 Uhr!
Für das Leibliche Wohl ist gesorgt.

Carl-Wery-Straße 26 · 81739 München-Neuperlach
Tel. 0 89 - 630 25 940 · www.physiofitness-muenchen.de