

50. HALLWILERSEEELAUFLAUF

MEDITOPCENTER

TRAINING • GESUNDHEITSBERATUNG • PHYSIOTHERAPIE

WIR MACHEN
DICH FIT!

BRING DEINE PS AUF DEN
BODEN DANK RUMPFKRAFT!

Das MeditopCenter ist das Kompetenzzentrum für
Training, Gesundheitsberatung und Physiotherapie
im Seetal.

GO STRONG!!!

MIT UNSEREM TOP-ANGEBOT

VORTRAG * + 4 TRAININGSEINHEITEN = CHF 60.00

* kostenfrei

indoor; Anmeldung per Tel. oder QR-Code

VORTRAG
EFFIZIENT LAUFEN
DANK RUMPFKRAFT
27. MAI | 19 UHR

8. JUNI *
9 - 10 UHR
STRONG
CORE

15. JUNI *
9 - 10 UHR
STRONG
CORE

22. JUNI *
9 - 10 UHR
STRONG
CORE

29. JUNI *
9 - 10 UHR
STRONG
CORE

* Core-Stability-Training powered by Oliver Schmid
(Personal Trainer und Physiotherapeut)

● EINLADUNG ZUM VORTRAG IM MEDITOPCENTER:

Effizient laufen dank starkem Rumpf!

Um die Kraft effizient von den Beinen auf den Boden zu übertragen braucht es eine starke Rumpfmuskulatur. Sie ermöglicht dir lange, gesund und schnell zu laufen. Unser Experte Dr. Lucio Carlucci erklärt Zusammenhänge und gibt wichtige Tipps für dein Training.

Datum: 27. Mai 2024 | 19 Uhr | MeditopCenter Seengen
Anmeldung erwünscht (auch kurzfristig möglich) unter:
info@meditop.ch | 062/777 07 57 | mit QR-Code



● EINLADUNG ZUM VORTRAG IM MEDITOPCENTER



Wie gewinne ich Lebenskraft und Lebensqualität?

Lerne wirkungsvolle Möglichkeiten kennen, welche die Erholung fördern und deine Lebensenergien zum Fließen bringen. In diesem Vortrag stellen unsere Fachkräfte die Wirkungsweisen von Shiatsu und vom Achtsamkeitstraining vor.

Datum: 3. Juni 2024 | 19 Uhr | MeditopCenter Seengen
Anmeldung erwünscht (auch kurzfristig möglich) unter:
info@meditop.ch | 062/777 07 57 | mit QR-Code



MeditopCenter - das Kompetenzzentrum für Training, Gesundheitsberatung und Physiotherapie im Seetal

● EINLADUNG ZUM VORTRAG IM MEDITOPCENTER



Hast du Rückenschmerzen? Dann ist es Zeit, etwas zu tun!

In diesem Vortrag wird vom Fachexperten Dr. Lucio Carlucci erklärt, wie Rückenschmerzen entstehen, wer davon betroffen ist und was du selber dagegen tun kannst. Werde aktiv - verbessere deine Lebensqualität!

Datum: 10. Juni 2024 | 19 Uhr | MeditopCenter Seengen
Anmeldung erwünscht (auch kurzfristig möglich) unter:
info@meditop.ch | 062/777 07 57 | mit QR-Code

