

## Mach' Dich fit!

### **Trainingskurs für 45+: 4 Wochen oder fortlaufend**

**Tun Sie sich etwas Gutes und starten Sie mit einem 4-Wochen-Training in einer kleinen Gruppe Gleichgesinnter!**

**Für Ihre Fitness & Lebensqualität ab ca. 45 Jahre:  
Der Kurs ist jeweils monatlich. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.**

### Ihr Fitness-Kurs

- je 45 min
- 4x Mittwoch 17:00 Uhr
- für nur 55,00 EUR!



Mit erfahrenerm Trainer  
& Physiotherapeut!

**Auch für Anfänger!**

Kleingruppe 5-6 Teilnehmer



**Sprechen Sie uns gern an!  
Tel. 040 700 35 33 oder [ibo@physioone.de](mailto:ibo@physioone.de)**

PhysioOne, Bahnhofstr. 28, 21629 Neu Wulmstorf