

Vital-Wochen im Januar 2012

Montag, 9. Januar 2012 von 14.30 - 17.00 Uhr
Blutzuckermessungen

Dienstag, 10. Januar 2012 von 9 - 15 Uhr

Mittwoch, 18. Januar 2012 von 15 - 18 Uhr
Nicole Reupohl - Beratung Fußpflege (med. geprüfte Fußpflege)

Dienstag, 10. Januar 2012 von 8 - 15 Uhr
Laufbandanalyse ewy sports mit Schuhberatung

Elektronische statisch/dynamische Fußdruckmessung vom Sportwissenschaftler Oliver Mosch - Beratung Knieck/Senk/Spreizfuß; Fehlstellung, Fehlbelastung erkennen, Information AZB



Mittwoch, 11. Januar 2012 um 14 Uhr
Vortrag „Hirnleistungstraining - für alle die geistig fit bleiben wollen“ Bitte um kurze Anmeldung unter Telefon 052 01/66 54 05.
Melissa Leopold (Ergotherapeutin)

Freitag, 13. Januar 2012 von 9 - 14 Uhr
Ernährungsberatung „Nimm 5 pro Tag - Vitamine und Mineralstoffe in unserer Kost“
Anette Peters (staatl. geprüfte Diätassistentin, ausgebildete Diabetesberaterin)

Donnerstag, 19. Januar 2012 um 19.30 Uhr
Vortrag „Wechseljahre als Chance erkennen!“
alle Frauen ab 40 und natürlich alle interessierten Männer sind herzlich eingeladen.
Bitte um kurze Anmeldung unter Telefon 052 01/66 54 05.
Petra Marz (Hebamme)

Freitag, 20. Januar 2012 ab 9 Uhr
Typberatung und Fotoshooting vom Meisterteam
Friseurmeisterin Dincer & Fotografenmeisterin Güttler

Dienstag, 24. Januar 2012 von 15 - 21 Uhr
Laufbandanalyse ewy sports mit Schuhberatung

Radiometrieanalysen vom orthopädischen Schumachermeister Carsten Moch, durchgeführt durch Mitarbeiter Oliver Mosch; Information AZB



Dienstag, 24. Januar 2012 um 19 Uhr
Vortrag „Sport im Alter - Einfluss von gezielter Bewegung auf Risikofaktoren“ (Bluthochdruck, Diabetes und Herz- Kreislauftraining)
Dr. Christian Schürmann Bitte um kurze Anmeldung unter Telefon 052 01/66 54 05.

Donnerstag, 26. Januar 2012 um 19.30 Uhr
Vortrag „Wechseljahre und Osteoporose“
alle Frauen ab 40 und natürlich alle interessierten Männer sind herzlich eingeladen.
Bitte um kurze Anmeldung unter Telefon 052 01/66 54 05.
Petra Marz (Hebamme)

Montag, 30. Januar 2012 von 14.30 - 17.00 Uhr
Kostenlose Körpermessungen (Fett/Körperwasser und Muskulatur)

Montag, 31. Januar 2012 von 14.15 - 16.00 Uhr
Kostenlose Körpermessungen der Bauch- u. Rückenmuskulatur

Schnupperkurse

- **Montags**
Bodyfit 9.00 - 10.00 Uhr
Nordic Walking (23. 01.) 18.00 - 19.00 Uhr
Bitte um kurze Anmeldung
- **Dienstag (17.01.)**
Tai Chi Schnupperkurs 19.15 - 20.15 Uhr
Bitte um kurze Anmeldung
- **Mittwochs**
Bauch, Beine, Po 10.30 - 11.15 Uhr
- **Donnerstags**
Wirbelsäulengymnastik 10.00 - 11.00 Uhr
Gewichtsreduzierung 12.00 - 13.30 Uhr



Ihr Gesundheitszentrum
Mit Rücken- & Gesundheits-
training zu Ihrem Erfolg

Marion Stöppelwerth-Giljohann

Lange Straße 2 · 33790 Halle/Westf.

Telefon 0 52 01 / 66 54 05 · Fax 0 52 01 / 66 54 09

rehamedhalle@aol.com · www.reha-fit-halle.de

Öffnungszeiten:

Montag u. Donnerstag	7.00 - 21.30 Uhr
Dienstag/Mittwoch	8.00 - 21.30 Uhr
Freitag	8.00 - 20.00 Uhr
Samstag	13.00 - 17.00 Uhr
Sonntag	9.30 - 13.30 Uhr

