

KOMPETENT. ZUVERLÄSSIG. EFFEKTIV.

DEHNEN

**VERSPANNUNGEN LÖSEN,
DIE BEWEGLICHKEIT STEIGERN!**

**EINSTIEG
JEDERZEIT
MÖGLICH!**

**MEDIZINISCHES TRAININGSZENTRUM
GROSSWALLSTADT**

Lützeltaler Straße 1a | 63868 Großwallstadt | Tel. 06022/25650
www.mtz-grosswallstadt.de | info@mtz-grosswallstadt.de





**JETZT
ANMELDEN!**

DEHNEN

Entdecken Sie die Vorteile eines umfangreichen Dehnprogrammes für Ihren Körper und verbessern bzw. erhalten Sie Ihr persönliches Wohlbefinden! Durch ein gezieltes und regelmäßiges Dehnen wirken Sie den eintönigen Belastungen Ihres Alltags entgegen und vermeiden eine dauerhaft verkürzte Muskulatur. Sie steigern damit Ihre Beweglichkeit, lösen Verspannungen und reduzieren bzw. vermeiden chronische Schmerzen.

ZU EMPFEHLEN...

- ▶ ...zur Verbesserung Ihrer Flexibilität und Beweglichkeit
- ▶ ...zum Abbau von Stress und zur Entschleunigung
- ▶ ...zum Lösen von Verspannungen
- ▶ ...zum Verhindern von Verletzungen
- ▶ ...zur Verbesserung der Durchblutung
- ▶ ...zum Erhöhen der Nährstoffversorgung des Körpers

MEDIZINISCHES TRAININGSZENTRUM GROSSWALLSTADT

Lützelalter Straße 1a | 63868 Großwallstadt | Tel. 06022/25650
www.mtz-grosswallstadt.de | info@mtz-grosswallstadt.de

