

## Heim-Trainingsprogramm der Superlative

**Dieses Heim-Trainingsprogramm wird Sie ein Leben lang fithalten!**

Die Skelettmuskulatur spielt in unserem Leben eine zentrale Rolle. **Es gibt kein anderes Organ auf das wir mehr angewiesen sind als auf unsere Muskulatur.** Eine gut funktionierende Muskulatur ist ein nicht zu vernachlässigendes Element im gesamten Gesundheitskomplex. Alle Organe, passen sich automatisch der Skelettmuskulatur an. Das heisst, bei einer schwachen Skelettmuskulatur sind auch die inneren Organe heruntergefahren. Fazit: wie aussen, so innen!

**Durch Training der Muskulatur kann eine deutliche Verminderung der Wirbelsäulen- und Gelenkbelastung erreicht werden.**

**Jede Störung des muskulären Gleichgewichts, führt zu einer grösseren Beanspruchung der Band- und Knochenführung und verhindert einen reibungslosen Gleitvorgang der Gelenkkörper.**

**Unsere Muskulatur braucht täglich Bewegung. Sie ist unser Stützkorsett und Stoffwechselantrieb. Sie ist durch kein anderes Organ zu ersetzen.**

Mit meinem aus dreissig Jahren praktischer Erfahrung entwickelten Programm, können Sie vorbeugen oder Schwachstellen am Bewegungsapparat beheben. **Das Programm eignet sich für alle Altersgruppen!**

Als Sporttherapeut gehe ich auf traumatisierte Körperregionen individuell ein!

**Mit diesem Programm können auch Langzeitbeschwerden am Bewegungsapparat behoben werden!**

Das professionelle Trainings-Set wird mitgeliefert und beansprucht wenig Platz!

**Vereinbaren Sie noch heute ein unverbindliches Probetraining!**

Ich freue mich auf Ihren Anruf.

