

EINLADUNG

GESUNDHEITSWOCHE

23.-29.01.23

Täglich
kostenlose
Vorträge

MONTAG
18:00 Uhr

23.01.23
**Faszination
Schmerzfreiheit**



DIENSTAG
18:00 Uhr

24.01.23
**Wie Entzündungen unser
Immunsystem bedrohen**



DONNERSTAG
18:00 Uhr

26.01.23
**Problemfall Sehne –
wie man Sehnenschmerzen
durch Training therapiert**



FREITAG
17:30 Uhr

27.01.23
**Gesünder ernähren –
effektiver trainieren**



19:00 Uhr

**Yoga-Special:
Calm down –
Anti-Stress Yoga**



SAMSTAG
11:30 Uhr

28.01.23
**Yoga-Special:
Yoga für Männer**



www.parador-fitness.de
Ahrensburg · Kornkamp 46d
Tel. 04102 8036-0

PARADOR
Fitness- & Gesundheitspark

My Gym!