

RÜCKENEXPERTEN  
gesunde etagen

~~PROBLEME  
MIT DEM RÜCKEN~~

Im Frühjahr Rückenprobleme?

Nicht mit uns!



**85**  
Teilnehmer  
gesucht!  
4-wöchiges Rückenprojekt  
nur 19,90€

Melden Sie sich noch heute bei  
**gesunde etagen**, wenn Sie unter  
Rückenschmerzen leiden:

Tel: 0221/4758398

## So geht's:

Die Sporttherapeuten und Rückenexperten suchen **85 Teilnehmer für ein 4-wöchiges Projekt** und testen gemeinsam mit Ihnen den **milon-medical-Trainingszirkel**. Dabei werden vor allem Menschen gesucht, die nicht regelmäßig oder **nicht viel Sport treiben und Rückenprobleme haben**.

Als Teilnehmer trainieren Sie während des 4-wöchigen Projekts vor allem an einem Trainingszirkel, der **alle großen Muskelgruppen kräftigt**. Ein Grundlagentraining auf dem Weg zu einem **schmerzfreen Rücken**. Zum Start erhalten Sie einen Therapeutentermin für eine **ausführliche Anamnese** und Einweisung.

**Ihr Vorteil: Sie trainieren unter sport- und physiotherapeutischer Anleitung 4 Wochen für lediglich 19,90€.**

Nach der Einweisung erhalten Sie Ihren Trainingsplan. Das Rückentraining sollten Sie **2x pro Woche** absolvieren. Es ist **einfach, sicher und effektiv**. Ihr komplettes Training wird dokumentiert und in einem **abschließenden Therapeuten-Gespräch** mit Ihnen ausgewertet.

**gesunde etagen**  
gesund werden – gesund bleiben

Berrenrather Str. 230-232  
50939 Köln-Sülz  
Telefon 0221/4758790  
info@gesunde-etagen.de  
www.gesunde-etagen.de