



# Fit auf Schritt und Tritt

UNSER NEUER OUTDOOR KURS  
AUF DEM FINNENWEG  
AM SPIELPLATZ, NEUSTÄDTER STRASSE  
IN BURGLAUER

**Du möchtest aktiv etwas für deine Gesundheit tun?  
Wir zeigen dir, wie du das einfach erreichen kannst.**

Wir brauchen Bewegung nicht nur, um unseren Körper gesund zu halten, sondern auch, um geistig fit zu bleiben. Und das ist gar nicht schwer umzusetzen! Erlerne in unserem Kurs, wie du dich mit einfachen Übungen beweglich und fit halten kannst.

Dafür stehen dir unsere Kursleiter Maximilian Zinn und Vanessa Will zur Seite, die beide staatlich ausgebildete Physiotherapeuten sind. Sie zeigen dir in mehreren Einheiten Übungen an den Geräten des Finnenweges in Burglauer. Du erhältst also individuelle Hilfestellung, sodass du die Übungen danach auch selbstständig wiederholen kannst.

## Kursstart ab 19.04.23

Mittwochs 17.30 – 18.30 Uhr  
Donnerstags 10.00 – 11.00 Uhr

Ein Kurs beinhaltet 10 Einheiten.  
Dein Invest: 150€  
Ein Teil der Kosten kommen einen Verband im Ort zu Gute

## Kontakt

**WhatsApp** 0151/57983971  
**Website** [www.physiotherapie-diana-boehm.de](http://www.physiotherapie-diana-boehm.de)  
**Email** [info@physiotherapie-diana-boehm.de](mailto:info@physiotherapie-diana-boehm.de)  
**Adresse** Am Ortgraben 1, 97724 Burglauer

