

Sporttherapeutische Schulter-Nacken Studie in der MT-Fitness

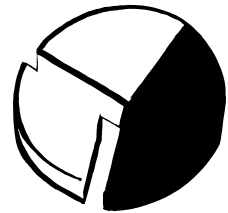
Regelmäßiges Training stärkt die stabilisierenden Muskeln rund um ihr Schultergelenk und kann dadurch prophylaktisch und rehabilitativ Defizite und Probleme Ihres Nackens und Schulter senken.

Eine stabile Schulter und ein entspannter Nacken helfen uns jeden Tag leichter aufzustehen, unseren Hobbies nachzugehen und die Arztbesuche zu senken. Sie sparen dadurch Zeit und Medikamente. Wir möchten Ihnen zeigen, wie Sie bereits in 5 Wochen Training Ihre Stabilität und Beweglichkeit verbessern können.

Diesen Zielen und Erwartungen stellt sich die MT-Fitness mit diesem 5- Wöchigen strukturierten Gesundheitstraining.

Wir vergleichen die „VORHER“ & „NACHER“ - Testwerte für folgende Bereiche:

- **Veränderung Ihrer Kraftleistung im Bereich Rumpf und Arme**
- **Veränderung Ihrer Beweglichkeit im Bereich Arme**



Die Daten werden absolut anonym ausgewertet

und Sie bekommen eine persönliche Auswertung.

Ihre Termine:

• Informationsabend	Mittwoch	15.10.14	um 19:15 Uhr
• Beginn der Studie	Montag	20.10.14	
• Ende der Studie	Freitag	05.12.14	
• Abschlussabend	Mittwoch	10.12.14	um 19:15 Uhr

Ihre Vorteile:

- Sie erhalten aufgrund der Auswertung einen deutlichen Einblick in Ihren momentanen Gesundheitsstatus.
- Sie trainieren 5 Wochen beitragsfrei in unserer Medizinischen Fitnessanlage.
- Sie werden vom Fachwissen und Know-How unserer Fitnesstrainer profitieren.

Thomas Straschek, Masterstudent der DhfPG und Ivan Zdravac, Bachelorstudent der DHfPG

Ihre Investition:

- Voraussetzung ist die regelmäßige Teilnahme am Gesundheitstraining – zwei Trainingstermine pro Woche über den Trainingszeitraum von 5 Wochen.
- Die Kosten für das 5- wöchige Training übernehmen wir.
- Sie investieren ausschließlich nur den Beitrag für die Gesundheitsanalysen in Höhe von nur 49,- €. Dafür erhalten Sie einen Überblick über Ihre persönliche Entwicklung Ihrer Trainingsleistung.



Ja, ich möchte an dem Infoabend im Seminarraum des **Gesundheitszentrums der MT - Fitness** teilnehmen.

Für verbindlich angemeldete Studienteilnehmer ist dies zugleich der Einführungsabend.

Termin: Mittwoch, den 15.10.2014 19:15 Uhr.

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ / Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

Geb. Datum: _____

Diesen Abschnitt bitte einfach faxen (Fax: **06261-893094**) oder per Post senden.

Denken Sie daran – es gibt nur 20 Teilnahmeplätze und diese werden nach Eingang Ihrer Anmeldung vergeben. Verbindliche Studie-Anmeldungen sind auch schon vor dem kostenlosen Infoabend möglich.

MT-Physiowelt – Zwingenburgstr. 21 – 74821 Mosbach – Tel. 06261 / 893093