

Auflage 5 vom 15.10.2021



0,-EUR
mit VO

**BLEIB
GESUND**

REHA-Sport

**ORTHOPÄDIE
NEUROLOGIE**

- ▶ Ausgleich von muskulären Disbalancen
- ▶ Rückenschule
- ▶ Verbesserung des Herz-Kreislauf-Systems
- ▶ Gelenkschonende Übungen
- ▶ Verbesserung der Ausdauer
- ▶ Gewichtsreduktion
- ▶ Gleichgewichtsübungen
- ▶ Koordination
- ▶ Stärkung der Rumpfmuskulatur
- ▶ Spezielles Knie-Training

Gleich zum
Probetraining
anmelden

  0157-33 66 54 95

Teilnahme mit / ohne Reha-Verordnung möglich

www.maneresanus.de

REHA-Sport

**BLEIB
GESUND**

Nordic Walking



Rückengymnastik



Wassergymnastik



Hockergymnastik



  0157-33 66 54 95

Teilnahme mit / ohne Reha-Verordnung möglich

www.maneresanus.de