

# GESUNDHEIT BRAUCHT MUSKELN!

Gelenkprobleme, schlechte Haltung, ein geschwächtes Immunsystem, Verfettung, vorzeitige Alterung - meist eine Folge von Bewegungsmangel und zu wenig Muskulatur.



Das neue **33-Tage-Programm**  
für mehr Lebensqualität!



Figur- und Gesundheitstraining

[www.Lifestyle-Wissmar.de](http://www.Lifestyle-Wissmar.de)

# GESUNDHEIT BRAUCHT **MUSKELN!**

**Muskeltraining stärkt das Immunsystem und die Gelenke. Es bremst Verfettung und vorzeitige Alterung – spüren Sie jetzt die Macht der Muskeln!**



**GESUNDE GELENKE,  
STARKES HERZ**

Muskeltraining formt nicht nur Ihren Körper, es senkt auch den Blutdruck, stärkt das Herz-Kreislauf-System und stimuliert Ihr Immunsystem. Außerdem verbrennt man mehr Körperfett, da der Stoffwechsel angekurbelt wird – Gewichtsabnahme garantiert! Zusätzlich verbessern Muskeln die Körperhaltung, da sie den Körper stützen und aufrecht halten. So werden Rückenschmerzen und Gelenkprobleme nachhaltig reduziert!



**STRAFFE MUSKELN,  
GUTE ABWEHRKRÄFTE**

## **JETZT MITMACHEN:**

**33 Tage jetzt nur 33 €**

inklusive Fit-Check, Trainingsplan, Einweisungen und Ernährungstipps. Abgeschlossenes Programm mit Erfolgs-Check am Ende der 33 Tage.

**Kein Abo. Keine Aufnahmegebühr.**

Infos und Anmeldung ab sofort bis 8 Wochen nach Wiedereröffnung unter Telefon 06406 / 908801 oder [info@lifestyle-wissmar.de](mailto:info@lifestyle-wissmar.de)



**SCHNELLER ERFOLG  
DURCH KOMPETENTE  
BETREUUNG**

**AUCH FÜR JUGENDLICHE AB 16 JAHRE  
UND SENIOREN ÜBER 80 JAHRE.**

**Lifestyle Wißmar**  
Auf der Höll 1-5  
35435 Wettenberg  
Telefon 06406 / 908801  
[www.Lifestyle-Wissmar.de](http://www.Lifestyle-Wissmar.de)



Figur- und Gesundheitstraining