



Physiotherapie

Fitness + Spa

Vital-Club

Ab Oktober 2018:
FIT IN DEN HERBST!
Jetzt anmelden!



Sie wollen mehr für Ihre Gesundheit tun?

Wir machen Sie fit!

Starten Sie in den Herbst mit unseren neuen

Präventionskursen*

und melden Sie sich noch heute an!

*Erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.
Präventionskurse können mit bis zu 80 % der
Kursgebühren bezuschusst werden.

VITALISARIUM im Wohnstift Mozart

Salzstraße 1 · D-83404 Ainring-Mitterfelden · Tel.: +49 (0) 86 54 / 5 77 - 9 00 · info@vitalisarium.de · www.vitalisarium.de

Kurstermine ab Oktober 2018

NEU

VIT-Mix

Jetzt neu im Programm: Fitness in größter Vielfalt. Entdecken Sie verschiedenste Sporteinheiten und trainieren Sie gleichzeitig Ihren gesamten Körper.

Kursinhalte sind u.a.: Aqua-Training, Pilates, Yoga, Body Shape Workout, Nordic Walking, Zirkel-Training, gerätegestütztes Kraft-Training, Faszien-Training.

Kurs	10 Einheiten
Teilnehmer	max. 15 Personen
Kosten	99,- € p. P.*

Kurs 1A,
jeweils **Donnerstag 04.10. – 13.12.2018**
17.30 – 18.25 Uhr

Yoga

Mit speziellen Dehn- und sanften Kräftigungsübungen verbunden mit kurzen Meditationen können Sie den Tag entspannt ausklingen lassen.

Kurs	10 Einheiten
Teilnehmer	max. 15 Personen
Kosten	99,- € p. P.*

Kurs 2A,
jeweils **Donnerstag 04.10. – 13.12.2018**
19.30 – 20.25 Uhr

Pilates

Sie konzentrieren sich ganz auf Ihren Körper, Ihre Atmung und die korrekte Ausführung der Übungen. Sie bauen Stress ab, sind ausgeglichener und entspannter.

Kurs	10 Einheiten
Teilnehmer	max. 15 Personen
Kosten	99,- € p. P.*

Kurs 3A,
jeweils **Dienstag 09.10. – 11.12.2018**
18.30 – 19.25 Uhr

Fit im Vitalstudio

Für alle die dauerhaft fit bleiben möchten, empfehlen wir eine Mitgliedschaft in unserem Vitalclub. Mit unseren Synchro-Circle-Geräten erzielen Sie in kürzester Zeit beste Ergebnisse. Ideal auch für Einsteiger.

Spa-Genuss vom Feinsten

Entspannen Sie in unserem exklusiv ausgestatteten Spa-Bereich mit Hallenbad (30°), Saunen und Ruheräumen. Gönnen Sie sich eine Verwöhn-Massage oder eine Kosmetikbehandlung.

Fragen Sie nach weiteren Kursen, Behandlungen, Angeboten und Vital-Club-Mitgliedschaften.

Wir freuen uns auf Sie!