

Physiotherapie

Fitness + Spa

Vital-Club

Kosmetik



Ab Januar 2019:  
**NEUE KURSE**  
Jetzt anmelden!



# Wir machen Sie fit!

Starten Sie  
mit VIT-Mix und Yoga  
in das neue Jahr.

Melden Sie sich noch heute an.  
Wir freuen uns auf Sie!

**VITALISARIUM** im Wohnstift Mozart

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

# Unsere PRÄVENTIONSKURSE\* ab Januar 2019

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

## VIT-Mix

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, Zirkel-Training, Kraft-Training, Faszien-Training.

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

Kurs 1A,  
jeweils **Dienstag, 08.01. – 12.03.2019**  
18.30 – 19.25 Uhr  
Kurs 2A,  
jeweils **Donnerstag, 10.01. – 14.03.2019**  
17.30 – 18.25 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.

## Yoga

Gezielte Übungen stärken die nervliche Belastbarkeit, den Rücken und die Abwehrkräfte. Yoga hilft einen verspannten Nacken zu lösen und den Atem zu vertiefen. In dynamischen Übungsfolgen verbinden Sie Körper, Atem und Geist und erfahren wie kräftigend und zugleich entspannend regelmäßige Yoga Praxis ist.

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

Kurs 3A,  
jeweils **Donnerstag, 10.01. – 14.03.2019**  
19.30 – 20.25 Uhr

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

## Angebot aus dem Bereich Kosmetik: Neu ab 2019: Microdermabrasion

Die Microdermabrasion ist die modernste Art des Peelings und kommt ursprünglich aus dem medizinischen Bereich. Durch die kontrollierte Abtragung der oberen Verhornung erhält die Haut ein Signal verstärkt neue Zellen zu bilden. So wird das alte Zellmaterial nach und nach verdrängt und Ihre Haut wird zusehends regeneriert.

### Überzeugende Resultate auf einen Blick:

- sofort sichtbare Ergebnisse durch „Lift-Effekt“
- geringere Faltentiefe und mehr Elastizität
- jünger aussehende, ebenmäßigere Haut
- glattere Haut durch verfeinerte Poren

## 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.