

STARKE MUSKELN- DIE BASIS FÜRS LEBEN.

**Exklusives Angebot für
Mitarbeitende der Post AG**

KRAFTTRAINING EINE STARKE MEDIZIN.

Unsere Muskulatur ist das Kraftwerk unseres Körpers. Denn Muskeln produzieren Kraft und sind damit die Grundlage jeder körperlichen Aktivität. Es sind allein unsere Muskeln, die uns tragen und kraft derer wir uns überhaupt bewegen können. Sie stabilisieren Wirbelsäule und Gelenke und schützen unseren Körper vor Überlastungen, Verletzungen, Verschleiß und Beschwerden.

Doch das ist längst nicht alles: Unsere Muskulatur ist auch verantwortlich für die Wärmeproduktion. Zusätzlich ist sie ein essenzielles Stoffwechselorgan und spielt damit eine zentrale Rolle für unseren Fett-, Zucker- und Eiweißstoffwechsel. Außerdem schüttet sie bei Aktivität Hormone und Botenstoffe mit hormonähnlicher Wirkung aus, die für die Funktion unserer Organe wie etwa Gehirn, Leber, Bauchspeicheldrüse und Knochen unerlässlich sind.

ANGEBOT GÜLTIG IN FOLGENDEN KIESER-STUDIOS:

Wien

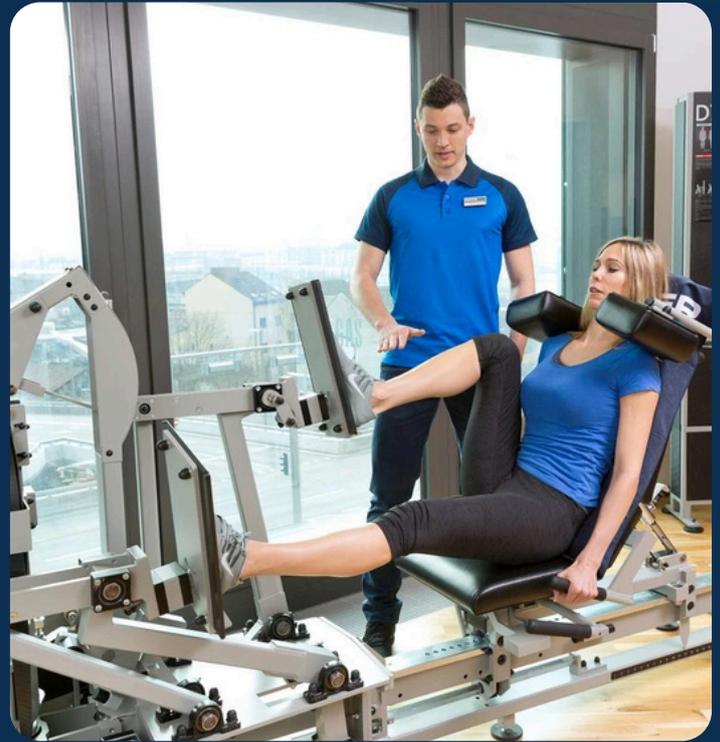
Praterstern 3, (01) 214 80 80
Neustiftgasse 73-75, (01) 523 78 78
Julius-Tandler-Platz 3, (01) 319 77 70

Graz

Babenbergerstraße 2, (0316) 72 25 55

Salzburg

Sterneckstraße 11, (0662) 87 28 18



UNSERE LEISTUNGEN

- Ausführliche Beratung durch unsere Kieser Instructorinnen und Instrukturen
- Individuelles Trainingsprogramm zugeschnitten auf Ihre Bedürfnisse und Trainingslevel
- Medizinische Trainingsberatung
- Regelmäßig persönlich begleitete Trainingsstunden
- Rückenanalysen
- Spezifisches Rückentraining basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Kraftmessungen
- Messung der Körperzusammensetzung mit einer bioelektrischen Impedanzanalyse
- Nährstoffberatung zur Unterstützung Ihres Trainingserfolgs

**100 EURO
STARTRABATT
SICHERN***