

KEINE LUST  
ZUM SPORT ZU  
GEHEN?

KEIN PROBLEM,  
WIR LIEFERN  
AUCH!

ONLINE KURS MIT BIS ZU 100%  
KOSTENERSTATTUNG VON DEN  
GESETZLICHEN KRANKENKASSEN



# MEIN GESUNDHEITSMANAGER DER ONLINE FITNESSKURS

Entwickelt von Diplom-Sportwissenschaftlern und Hochschuldozenten, erfährst Du in 10x45 Minuten Wissenswertes zu den Themen: Trainingsregeln, Haut, Muskulatur, Knochen, Herz-Kreis-laufsystem, Stress u.v.m. Zudem beinhaltet jede Kursstunde auch einen praktischen Teil mit Aufwärmen, Koordinationsübungen, Kräftigung und Dehn- und Beweglichkeitsübungen.

Da alle Kursstunden nach den Prinzipien vom Einfachen zum Schweren und vom Leichten zum Komplexen aufgebaut sind, ist der Kurs sowohl für ungeübte Einsteiger aber auch für fitte Menschen geeignet.

Der Online Kurs und das Online Kursportal sind übersichtlich und einfach aufgebaut und können auch von technischen Laien mühelos benutzt werden.

Du bestimmst selbst, wann und wo Du den Kurs durchführst. Der Kurs ist unabhängig von Kursorten und -zeiten! Du benötigst nur ein internetfähiges Endgerät!

Sei flexibel und trainiere mit MGM - der Online Fitnesskurs so wie es Dein Tagesablauf zulässt!

SPORT  
LIEFER  
SERVICE!



DEIN ANSPRECHPARTNER VOR ORT

*WirinBewegung*

*Robert Winkler*

*Viereckweg 88*

*13125 Berlin*

*Tel. +49 172 6184001*

*info@wirinbewegung.de*

*www.wirinbewegung.de*