

Wie fit ist Havixbeck und Umgebung?

Bundesweite Studie im Rahmen der Aktion "Wie fit ist Deutschland?"



100 Testpersonen gesucht

In einem Zeitraum von 5 Wochen soll bewiesen werden, dass regelmäßiges Training eine deutliche Verbesserung des Fitness- und Gesundheitszustands bewirkt.

Ob jung oder alt, fit oder unfit, dick oder dünn – das Trainingsprogramm wird individuell angepasst.

Die Studie wird in ausgewählten Fitness- und Gesundheitsclubs durchgeführt.

Die Auswertung der Testdaten erfolgt in Kooperation mit der Hochschule für Gesundheit und Sport in Berlin.

Jetzt anmelden!

☎ 02507 / 982 29 61

Tu was für dich!

Die Studie wird durchgeführt im:

DER SPORTKLUB
GESUNDHEIT | FITNESS | WELLNESS

Potthoff 2
48329 Havixbeck
Tel. 02507 / 982 29 61

www.der-sportklub.de



www.wie-fit-ist-deutschland.de

Wie fit ist Havixbeck und Umgebung?

Bundesweite Studie im Rahmen der Aktion "Wie fit ist Deutschland?"



100 untrainierte Testpersonen gesucht, die 5 Wochen lang etwas für Gesundheit und Wohlbefinden tun wollen.

Ihr Aktiv-Programm:

- Eingangs-Test - wir ermitteln Ihren persönlichen Fitness-Index und Ihr persönliches Fitness-Alter
- 5 Wochen-Trainingsplan für mehr Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit
- Betreuung und Einweisung in das Training durch qualifiziertes Fachpersonal
- Abschluss-Test mit Auswertung Ihres Trainingserfolgs

Für den hohen personellen und apparativen Aufwand wird eine einmalige Gebühr von 39 Euro erhoben, inklusive aller Tests und Einweisungen. Auch die Nutzung des five-Rücken und Gelenkzirkels, der Kurs-Angebote und des Wellnessbereichs ist inbegriffen.



Teilnahmebedingungen:

Sie trainieren während der 5-Wochen-Studie insgesamt mindestens acht Mal.

Die Studie wird unterstützt von:



www.wie-fit-ist-deutschland.de