

Das Aktivprogramm für mehr (Rücken-)Gesundheit

# 8 RÜCKENWOCHEN

*mit System aktiv sein - fit bleiben*

- Kraft-Analyse
- Mobilitätsmessung mit dem MoBee Messsystem
- Risikoanamnese
- Training im Chipkarten gesteuerten Milonzirkel
- Training an den five Geräten
- Gezielter Rumpfmuskelaufbau
- individuelle Trainingsdokumentation
- Fachkompetentes Personal
- Einsatz von medizinischen Trainingsgeräten



**RÜCKENFITNESS  
ZENTRUM**

andrea jäger

Info und Anmeldung:

☎ 35 35 320

[info@rueckenfitness-jaeger.com](mailto:info@rueckenfitness-jaeger.com)

Internet:

[www.rueckenfitness-jaeger.com](http://www.rueckenfitness-jaeger.com)

Rittergut Bemerode  
Brabeckstraße 167d  
30539 Hannover