



Stoffwechselanalyse auf DNA-Basis: Meta-Check®

Das sind sie wieder – die guten Vorsätze wie „Ich ernähre mich gesünder!“ und „Ich will fit und schlank werden!“ Aber was muss ich tun, dass es nicht nur beim Vorsatz bleibt? Was hilft mir nachhaltig und woher weiß ich, was gesund für mich ist? Ihre Gene verraten es. Machen Sie eine Stoffwechselanalyse auf DNA-Basis. Die Analyse gibt Einblicke zu Ihrer genetischen Veranlagung bei der Verarbeitung von Makro-Nährstoffen (Fette, Eiweiße und Kohlenhydrate). Auch Ihr Kalorien-Verbrauch und Ihr Bewegungsbedarf werden ermittelt. Sprechen Sie uns an. Geschultes Fachpersonal betreut Sie während des Stoffwechselprogrammes.



Kontakt: Tel. 03695/ 6934-30 oder E-Mail an fitness@solewelt.de

Entspannt ins neue Jahr starten

Sie sind auf der Suche nach Entspannung? Oder möchten neue Energie tanken? Dann nutzen Sie die Krankenkassen-geförderten 10er-Kurse „Progressive Muskelentspannung“ (PMR) oder „Autogenes Training“ (AT). Ihre Krankenkasse unterstützt Sie und übernimmt den größten Teil der Kursgebühr. Meist sind das etwa 80 Prozent. Fragen Sie bei Ihrer Krankenkasse nach und melden Sie sich bei uns an. Regional nur bei uns: Die Kurse finden in der Totes-Meer-Salzgrotte statt.

Progressive Muskelentspannung

Kursstart: Montag, 06. Januar um 18 Uhr (10x, immer montags)

Autogenes Training

Kursstart: Montag, 06. Januar um 17 Uhr (10x, immer montags)

**Anmeldung im Informations-Zentrum der SOLEWELT:
Tel. 03695/ 6934-0 oder
E-Mail: info@solewelt.de**



Wohlfühl-Angebot im Januar „Von den Socken“

Gönnen Sie sich ein prickelndes Solebad und eine wohltuende Fußmassage.

**Ihr Angebot
(auch als Paaranwendung buchbar):**

- belebendes Sole-Massagebad mit Heusäckchen und Heublume sowie
- Fußreflexzonenmassage mit Sole-Kosmetik-Pflege zusammen (zirka 45 min): **52,00 Euro**

Sie sind Physiotherapeut/in und wollen etwas dazu verdienen?

Wir suchen auf 450-Euro-Basis Kursleiter/in für Präventionskurse an Land oder im Wasser. Die Fortbildungskosten werden von uns getragen. Zusätzlich können Sie für die Dauer der Zusammenarbeit das SOLE Aktivbad, SOLE Saunaland und den Fitnessbereich gratis nutzen.

**Einfach melden unter: Tel. 03695/ 6934-30
oder per E-Mail an fitness@solewelt.de**

