

www.physio-kettwig.de

PHYSIO KETTWIG

TRAINING

REGULÄR

für 12 Monate

29€

pro Monat

Im Anschluss
monatlich kündbar

Einmalige Kosten:

Einweisung
inkl. Armband: 49€

EGYM KUNDEN

für 24 Monate

15€

pro Monat

Im Anschluss
monatlich kündbar

Einmalige Kosten:

Einweisung
inkl. Armband: kostenfrei

PHYSIO KETTWIG TRAINING

Hauptstraße 43-61
45219 Essen-Kettwig

Tel: 02054 / 16 42 6

Fax: 02054 / 93 69 82

Mail: info@physio-kettwig.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo - Fr 07.30 - 20.00 Uhr

Sa 11.00 - 15.00 Uhr

BETREUTE ZEITEN

Mo - Do 09.30 - 11.00 Uhr & 17.30 - 19.00 Uhr

Fr 09.30 - 11.00 Uhr & 17.30 - 20.00 Uhr

Sa 11.00 - 15.00 Uhr

WEIL JEDE ENTWICKLUNG
IM KOPF BEGINNT.

VIKOMOTORIK™ TRAINING
AUF DEM SKILLCOURT.



TRAINING FÜR KOPF UND KÖRPER. WILLKOMMEN AUF DEM SKILLCOURT.

Wer lange körperlich und geistig fit bleiben will, muss etwas dafür tun. Denn die Abbauprozesse, die schon ab 27 Jahren in unserem Körper stattfinden, betreffen unsere visuellen, kognitiven und motorischen Fähigkeiten.

Durch ein gezieltes Vikomotorik™ Training lassen sich diese Abbauprozesse aufhalten und die eigene Leistungsfähigkeit steigern. Körper und Geist werden gleichermaßen gefordert und spielerisch Wahrnehmung, Merk- und Leistungsfähigkeit, Beweglichkeit und Schnelligkeit gefördert: mit hohem Fun-Faktor auf einer 3x3 Meter großen Bodenmatte mit Feldern und Markierungen.



Dabei wird auf dem Skillcourt in über 500.000 möglichen Workouts neben Kraft und Beweglichkeit gezielt der Kopf trainiert. Denn die Neubildung von Neuronen ist wichtig für das komplexe Zusammenspiel der unterschiedlichen Areale unseres Gehirns. Erst dadurch verbinden wir unseren Körper mit unserem Geist und verlangsamen den natürlichen Rückgang und fördern den Ausbau unserer geistigen Fähigkeiten.

PHYSIO KETTWIG
TRAINING