

Anmeldung

Name _____

Vorname _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Email _____

Schuhgröße _____

- Ich trage bereits einen kyBoot
 Ich benötige einen kostenlosen Probierschuh

Begleitperson

Name _____

Vorname _____

Adresse _____

PLZ/Ort _____

Telefon _____

Email _____

Schuhgröße _____

- Ich trage bereits einen kyBoot
 Ich benötige einen kostenlosen Probierschuh

Gutschein

für eine kostenlose Teilnahme an
einem Intervall Walking Event für
zwei Personen,
inkl. einer Erfrischung und Obst.

Uhrzeit:

- 11.00 Uhr
 14.00 Uhr
 16.30 Uhr

- Ich komme ohne Begleitperson
 Ich würde gerne mehrere Personen
mitnehmen, bitte kontaktieren Sie mich

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung per
Telefon, Post oder Email (Talon einscannen
oder mit dem Mobiltelefon fotografieren
und mailen).

Ein paar Tage vor dem Termin erhalten Sie
eine Anmeldebestätigung mit den letzten
Informationen per Post oder Email.

Laufen sie den Schmerzen davon!

- Haben Sie Schmerzen beim Gehen?
- Leiden Sie unter Verspannungen im
Nacken- und Rückenbereich?
- Würden Sie sich gerne mehr bewegen und
werden durch Schmerzen daran gehindert?
- Möchten Sie die Möglichkeiten des kyBoot ganz
praktisch kennenlernen?

Dann bietet kybun eine bewegende Lösung für Sie:
Intervall Walking mit Experten

Gutschein
für ein Intervall Walking für
2 Personen

Unser sportwissenschaftlicher Instruktor



Axel Heckmann
Intervall Walking Leiterin

- ⊕ Speziell für Schmerzpatienten entwickeltes Bewegungsprogramm
- ⊕ Positiv bei Rücken-, Knie- und Fusschmerzen
- ⊕ Verbessert das Gleichgewicht
- ⊕ Richtet die Haltung auf
- ⊕ Trainiert die Tiefenmuskulatur
- ⊕ Das Geh- und Lauftraining für jedermann

Weitere Informationen unter: www.kybun.de/intervall



kybun Intervall Walking

Erleben Sie das Geh-Gefühl im Schweizer Luftkissen-Schuh kyBoot.

Keine Schmerzen beim Laufen - Wie funktioniert's?

Im aktiven Teil gehen kleine Muskelimpulse durch den Körper und lockern die Muskulatur. Im regenerativen Teil aktivieren und trainieren die Teilnehmer Ihre Tiefenmuskulatur.

Unsere Experten optimieren dabei Ihre Bewegungsausführung, erklären die medizinischen und trainingswissenschaftlichen Hintergründe und ergänzen die Lektionen mit Stabilisations- und Kraftübungen, welche ihre allgemeine Fitness und Ihre Bewegungssicherheit im Alltag fördern.

Treffpunkt:

kyBoot Shop Ahrensburg | Große Str. 12 | 22926 Ahrensburg

Termine:

Donnerstag 21. September 2017

Uhrzeit: 11.00Uhr, 14.00Uhr, 16.30Uhr

Dauer ca. 1½ Stunde

Jetzt anmelden – Teilnehmerzahl beschränkt.

Weitere Informationen unter:

Tel. 04102 70 77 41 | ahrensburg@kyboot-shop.de

