

Unser Angebot:

- ✓ Medizinisches Fitnesstraining
- ✓ Präventions- und Gymnastikkurse
- ✓ Vorträge und Seminare
- ✓ Betriebliches Gesundheitsmanagement
- ✓ Betriebliche Gesundheitsförderung



- ✓ Mieten Sie unsere schönen und gut ausgestatteten Räumlichkeiten (Beamer und Leinwand vorhanden) für Ihren Vortrag, Ihr Seminar oder Ihre Tagung. Eine große Dachterrasse und der Blick auf die Achalm und die Schwäbische Alb sorgen für ein ganz besonderes Ambiente.

Physiotherapie für Erwachsene, Kinder & Säuglinge

Die Physiotherapiepraxen Angelika Bach Schulberg 3 und Wilhelmstraße 22/1 (Zulassung für alle Kassen) bleiben weiterhin bestehen. Langjährige Erfahrung und ein kompetentes Team stehen für qualitativ hochwertige Therapie & Prävention.

www.physio-bach.de



Aktiv werden, aktiv bleiben!



Trainingszeiten

Montag: 8.00 – 12.00 Uhr | 15.00 – 20.00 Uhr

Dienstag: 8.00 – 20.00 Uhr

Mittwoch: 8.00 – 12.00 Uhr | 15.00 – 20.00 Uhr

Donnerstag: 8.00 – 20.00 Uhr

Freitag: 8.00 – 18.00 Uhr



Esslinger Straße 4
72124 Pliezhausen
Tel. 0 71 27/9 72 12-0
info@motoria.de

www.motoria.de



Medizinisches Fitness- und Gesund- heitstraining



www.motoria.de

Herzlich willkommen im Motoria Gesundheitszentrum

Medizinisches Fitness- und
Gesundheitstraining in Pliezhausen



In modernen und barrierefreien Räumlichkeiten bietet Motoria auf 340 Quadratmetern Medizinisches Fitness- und Gesundheitstraining, ein vielseitiges Kursprogramm sowie Seminare und Vorträge zum Thema Gesundheit, Training und Ernährung an.

Ein weiterer Schwerpunkt ist das Betriebliche Gesundheitsmanagement (BGM) und die Betriebliche Gesundheitsförderung (BGF).

Die Philosophie des neuen Gesundheitszentrums besteht darin, jeden Kunden individuell und ganzheitlich zu betrachten, einen speziell für ihn optimalen Trainingsplan zu erstellen und ihn in allen Trainingsphasen persönlich zu unterstützen und anzuleiten.

Es steht den Trainierenden jederzeit ein engagiertes und qualifiziertes Team zur Verfügung.

Um das Wohl und die Anliegen der Mitglieder kümmern sich hierbei ein Sportwissenschaftler und Dr. der Sozialwissenschaften, eine Sportlehrerin sowie mehrere Physiotherapeuten.



Sie wollen...

- ✓ wieder fitter werden?
- ✓ Ihre Rückenschmerzen loswerden?
- ✓ sich zum Thema Gesundheit informieren?

Vereinbaren Sie gleich
einen Termin zu einer persönlichen
Gesundheitsberatung und einem Probetraining
an unseren medizinischen
Trainingsgeräten.



Medizinisches Fitness- und Gesund- heitstraining

Das Erdgeschoss des Gesundheitszentrums ist mit hochmodernen Trainingsgeräten der Firma Ergo-Fit und dem Vitality Präventionskurse System 6.0 ausgestattet. Diese ermöglichen ein Training mit System.

Auf der Basis eines Gesundheitschecks wird zu Beginn für jedes Mitglied ein individueller Trainingsplan erstellt.

Präventions- und Gymnastikkurse

In zwei großen Kursräumen im 1. und 2. Obergeschoss bieten wir Ihnen die Möglichkeit, etwas für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu tun.

In unseren Kursen können Sie Ihren Herz-Kreislauf in Schwung bringen, Ihre Ausdauer trainieren, Ihre Muskeln kräftigen oder für Entspannung sorgen. Sie verbessern Ihr Körpergefühl, bauen Stress ab, atmen tief durch und beugen Erkrankungen, Beschwerden und Schmerzen vor.

Von Rückenfit und Step-Aerobic über Yoga, Pilates und Qi-Gong bis hin zu Aqua-Fit und Nordic Walking. Es ist für Jeden etwas dabei.

Aktiv werden, aktiv bleiben!

Informieren Sie sich jetzt und finden Sie Ihren Kurs.