

Wir bringen Sie in Bewegung

Schnuppertermin

COMPLETE BODY WORKOUT

- Donnerstag 13.06. | 13.45 bis 14.45 Uhr
- 15 Euro/Kurs – UKE-Mitarbeiter:innen zahlen 14 Euro/für diesen Schnuppertermin

Ambulanzzentrum des UKE
Praxis für Physiotherapie
Spectrum am UKE | Gebäude W20, Eingang B, 1. OG
Martinstraße 64, 20246 Hamburg
Telefon: +49 (0) 40 7410 - 53684
E-Mail: praxis.physiotherapie@uke.de



uke.de/praxisphysiotherapie

Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf

Complete Body Workout

Sie möchten mit Spaß Ihren gesamten Körper trainieren? Dann sind Sie bei uns richtig! In einer Kleingruppe trainieren Sie mit dem Eigengewicht und unterschiedlichen Kleingeräten. Nach einer Phase der Erwärmung und Herzkreislaufanregung folgt die gezielte Kräftigung des gesamten Körpers. Eine gemeinsames Cooldown mit Dehnungs- und Entspannungsübungen für die zuvor beanspruchte Muskulatur runden das Programm ab.

Melden Sie sich noch heute für unseren Kurs an –
wir freuen uns auf Sie!

Ihr Team der Praxis für Physiotherapie im UKE