

WIR STÄRKEN IHNEN DEN RÜCKEN



DAS RÜCKEN.MOBIL

Warum etwas für den Rücken tun?



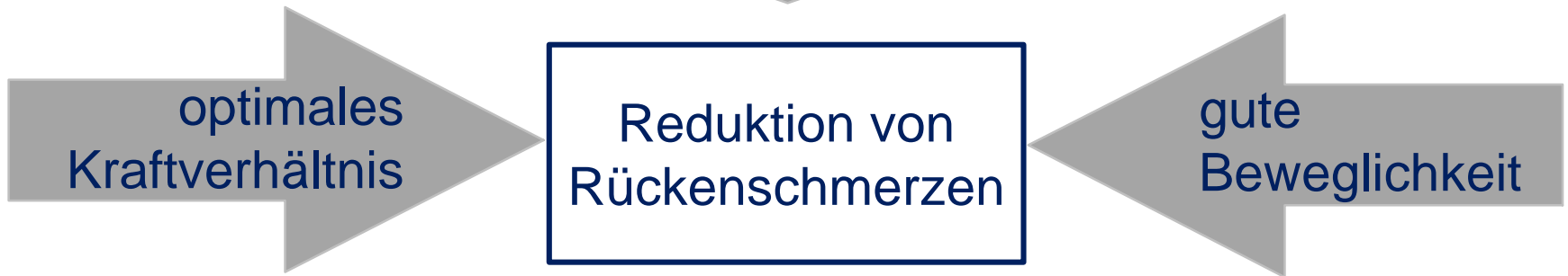
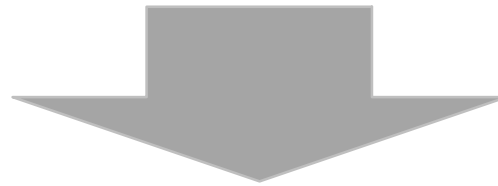
Über 85 % aller Deutschen haben im Laufe Ihres Lebens einmal Rückenbeschwerden



Grade chronische Rückenschmerzen werden oft durch einseitige Tätigkeit oder Belastung hervorgerufen

Was kann man gegen Rückenschmerzen tun?

Kräftigung der
Tiefenmuskulatur

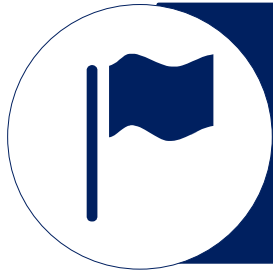


optimales
Kraftverhältnis

Reduktion von
Rückenschmerzen

gute
Beweglichkeit

Unser Ziel ist die Stärkung Ihres Rückens



**Das rücken.mobil verbessert: Ihre Beweglichkeit,
Ihre Leistungsfähigkeit und Ihr Kraftverhältnis
durch 3 Punkte**

Individuelle Analyse der
Wirbelsäule zu Beginn

regelmäßiges Training
der Tiefenmuskulatur

Gezielte 1:1 Betreuung
und Begleitung

Unser Ziel ist die Stärkung Ihres Rückens

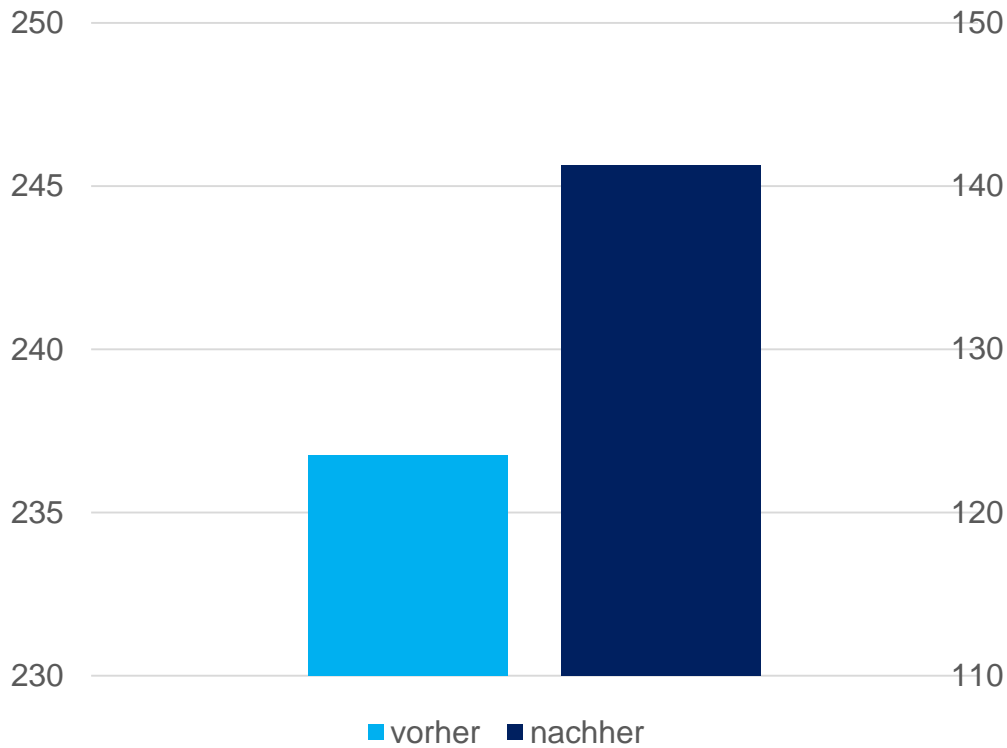
1. Analyse der Wirbelsäule
2. Erstellung des optimalen Trainingsprogramms
3. Regelmäßiges Training im rücken.mobil
4. Kontrollanalyse und Anpassung des Trainings
5. Kontinuierliches Training im rücken.mobil



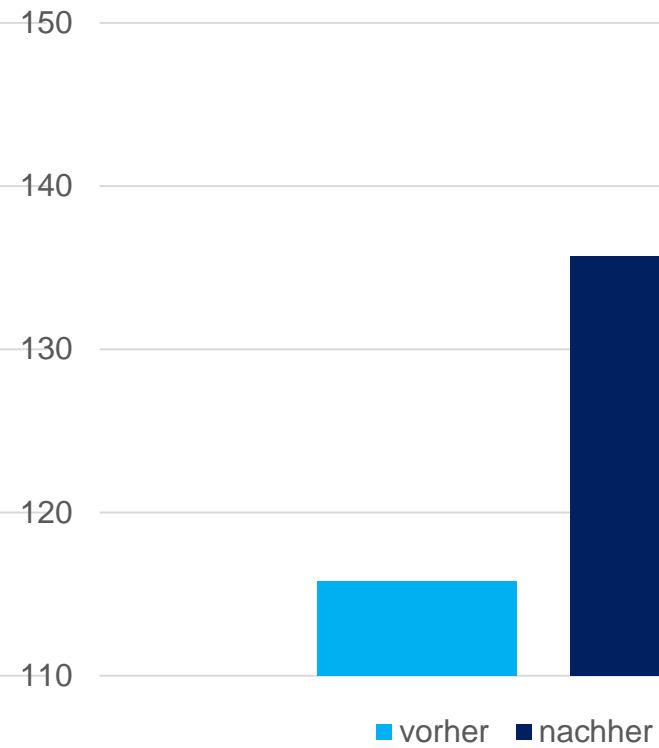
Reduktion von Rückenschmerzen

Das können Sie in nur 5-6 Min erreichen

Kraft Rücken



Kraft Bauch





WIR STÄRKEN IHREM
UNTERNEHMEN
DEN **RÜCKEN**



LASSEN SIE SICH VON UNS BERATEN