Wellnessvorträge

...ich fühl' mich besser!

Freitag

ERÖFFNUNG

Bürgermeister Wittich Schobert anschließend

EASY FITNESS „Zumba für alle“ ..... 15 Uhr

Fachvortrag: Stuhlgymnastik und Gehirnjogging Schnupperkurs
Silke Giesler ..... 14 Uhr

Fachvortrag: Schlank und fit - mach mit!
Christiane Sgolik ..... 16 Uhr

Fachvortrag: Zuckerkrank - selber schuld?
Gabriele Müller-Hunold ..... 17 Uhr

Fachvortrag: Gelenkschmerzen überwinden!
Guido Ide ..... 18 Uhr

Samstag

Fachvortrag: Stuhlgymnastik und Gehirnjogging Schnupperkurs
Silke Giesler ..... 11 Uhr

Fachvortrag: Bequeme Schuhe für lebenslanges fußgesundes Gehen
Harry Peter, Haus der Fußgesundheit ..... 12 Uhr

Fachvortrag: Verschiedene Entspannungstechniken
Ulrike Ding-Schulz ..... 13 Uhr

Fachvortrag: Körper und Seele reisen miteinander
Heide Haring ..... 14 Uhr

Fachvortrag: Lass den Atem fließen
Marion Thiele ..... 15 Uhr

Fachvortrag: Neue Techniktrends für Hörgeräte und Infos zu neuen Kassenleistungen
Tobias Klemm, Hörgeräte Berger ..... 16 Uhr

ABSCHLUSS

EASY FITNESS „Body Balance“ ..... 17 Uhr

Frühlingskick zum Sparpreis

Sie bekommen den Gesundheits-Drink **„Frühlingskick“** zum super Sparpreis für nur **1,- €**. Schneiden Sie einfach den Spar-Coupon auf der Vorderseite des Flyers aus und bringen diesen mit. Gültig am 21.-22. März.

Helmstedter Wellnesstage 2014

...ich fühl' mich besser!

Öffnungszeiten

Freitag 21.03.14 14-19 Uhr

Samstag 22.03.14 10-18 Uhr

So finden Sie zu den Wellnesstagen 2014

Schirmherr: Bürgermeister Wittich Schobert

Veranstalter: helmstedt aktuell Stadtmarketing e. V.

Organisationsleitung: Petra Schadebrodt und Guido Ide

Liebe deine Stadt

Helmstedter Wellnesstage 2014

...ich fühl' mich besser!

21.-22. März 2014

in der AWO-Begegnungsstätte
Schützenwall 5

Spar-Coupon für Gesundheits-Drink nur 1,- €

21.-22. März 2014
in der AWO-Begegnungsstätte

Eröffnung

„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern!"

Sebastian Kneipp

Liebe Besucherinnen und Besucher,

die neuen Helmstedter Wellnesstage bieten Ihnen ein abwechslungsreiches und informatives Programm. Die bunte Mischung aus Fachvorträgen, Messeausstellern und Rahmenprogramm bietet besondere Erlebnisse für alle Altersgruppen.

Lassen Sie sich von Experten inspirieren und nutzen Sie die Chance, im persönlichen Gespräch Ihre Fragen zu stellen. Vor allem: Erleben Sie schöne Momente im Herzen der historischen Altstadt von Helmstedt!
Ich wünsche Ihnen zahlreiche Impulse für ein wohltuendes und gesundes Leben.

Ihr
Wittich Schobert - *Bürgermeister Stadt Helmstedt*

... aktiv sein!

Zu Beginn und Abschluss der Helmstedter Wellnesstage findet je eine energiegeladene Mitmachaktion und Tanzshow des Fitnesstudios **EASY FITNESS** statt:

Fr. ca. 15 Uhr Zumba für alle
Sa. 17 Uhr Body Balance

Großes Gewinnspiel

Zählen Sie, wie viele Wellnesstage-Symbole sind an den Messeständen versteckt und schreiben Sie die Anzahl auf die Gewinnspielkarte. Unter den richtigen Antworten verlosen* wir tolle **Wellness-Überraschungen.**

Liebe Stadt Helmstedter Wellnesstage 2014

Aussteller

Hörgeräte Berger - Bauerstraße 6
Hörgeräte und neuste Techniktrends

Oasa-Salzgrotte u. Wellness GmbH Gröpern 44
Salzgrotte, Solevernebelung und Massagen

Fitline-Center www.fitlinecenter-bs.de
Christiane Sgolik
easy formel: Figur - Ernährung - Bewusstsein

Betten-Rust Juliusstraße1
Zudecken und Schlafsysteme

Natürlich Schön Gröpern 6
Haarentfernung - Lifting - Tiefenwärmetherapie

Orthopädie-Schuhtechnik Peiß Gröpern 47
Gut gehen, gut stehen & Aloe Vera

Sanitätshaus Ihr Gesundheits-Team Streplingerode 2
Fitness für die Venen

Haus der Fußgesundheit/Orthopädie-Schuhtechnik
Heinrichsplatz 12
Bequeme Schuhe für fußgesundes Gehen

Buchhandlung Gröpern 5 Gröpern 5
Lesen - Entspannen - Träumen

Nails & Spa Stobenstraße 36
Natürliche Bräune und Permanent Make up

Kreissportbund Helmstedt e. V. Braunschweiger Tor 17
Dachverband der Sportvereine

Sanitätshaus Axel Ulrich Gröpern 40
Fußdruckmessungen und Videoanalyse

Praxis für Podologie und
Physiotherapie am Magdeburger Tor
Roßstraße 4
Wir lösen Probleme

Duckstein-Pollitz Hinter der Ziegelei 6
Tagesfahrten, Gruppen- und Vereinsreisen

Fitnessland GmbH The Health & Lifestyleclub
Schwalbenbreite 10
Fitness - Kurse - Sauna

weitere Partner

AWO Ortsverein Helmstedt e. V
Schützenwall 5, Helmstedt
Tel. 0 53 51 / 41 14 4

Bowlingcenter Helmstedt
Stobenstraße 32, Helmstedt
Tel. 0 53 51 / 54 33 23

EASY FITNESS
Von-Guericke-Straße 1, Helmstedt
Tel. 0 53 51 / 53 94 53

*Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Teilnahme ab 18 Jahre. Einsendeschluss ist der 26. März.