

# PHYSIO AKTIV AFTER LOCKDOWN AKTION

## BESTELLFORMULAR PER MAIL AN: INFO@MOTION-ONE.DE

FLYER DIN A4,  
BEIDSEITIG BEDRUCKT  
250 G, BD GLANZ

Druckfertiges PDF = 295 €

oder alternativ inkl. Druck  
und Druckabwicklung

1.000 Stk. = 395 €

2.500 Stk. = 465 €

5.000 Stk. = 595 €

10.000 Stk. = 695 €

15.000 Stk. = 845 €

20.000 Stk. = 995 €

Weitere Vorlagen gerne auf  
Anfrage

Alle Preise verstehen sich netto zzgl. der  
gesetzlichen MwSt. und Versandkosten.

### IHR LOGO

*„Nach dem Lockdown  
fange ich mit dem Sport an.“*

KOMMT IHNEN DIESER SATZ BEKANNT VOR?

**DAS PROBLEM MIT CORONA**  
Homeoffice und Lockdown haben verheerende Auswirkungen auf unsere Gesundheit! Faszien verkleben, die Muskulatur verkürzt sich und das Immunsystem baut gravierend ab.

Viele haben es gesagt, die meisten haben es gedacht: Die während des Lockdown hinzugekommen „Corona-Röllchen“ auf den Hüften müssen wieder runter! Homeoffice und Lockdown haben verheerende Auswirkungen auf die Gesundheit. Bewegung und Gesundheit spielen nicht nur für die Figurherabsetzung und das Immunsystem eine wichtige Rolle, sondern helfen auch effektiv schmerzfrei zu werden. Vermehrtes Sitzen hat bei einigen von Ihnen sicher zu Rückenschmerzen in den vergangenen Monaten geführt - wir haben die Lösung **Kraft- und Beweglichkeitstraining!**

**Studien belegen eine durchschnittliche Gewichtszunahme von 5,5 kg!**  
Werde Deine Corona-Röllchen los!

„ECHTES MUSKELTRAINING IST DIE EINZIGE MEDIZIN, DIE BEWIRKT, DASS MAN BEIM ALTERN IN DER LEBENSZEIT BLEIBT UND NICHT IN DIE LEBENSZEIT KOMMT!“  
\*Wolf Reinhold, Physiologe an der Universität Wien

Nur wer regelmäßig Kraft und Beweglichkeit trainiert, kann den schleichenden Abbau so verlangsamen, dass im hohen Alter noch genug Reserven vorhanden sind, um ein aktives und selbstbestimmtes Leben zu führen. „Schon in jungen Jahren zu beginnen, ist dabei entscheidend“, weiß Harvath. „Das ist wie das Einzahlen auf ein Rentenkonto: Je früher man anfängt, umso komfortabler und länger kann man am Ende davon zehren.“

**Physio Aktiv MUSTERPRAXIS**  
Muster-Str. | 12345 Musterstadt  
www.physio-aktiv-musterpraxis.de | ☎ 123-456

### IHR LOGO

**DIE LÖSUNG NACH CORONA**  
Eine perfekt aufeinander abgestimmte Kombination aus Kraft- und Beweglichkeitstraining, die Muskelverkürzungen und Verklebungen der Fasziensstrukturen entgegenwirkt.

**1 DER WOW-EFFEKT: LERNE DEINEN KÖRPER WIEDER „SPÜREN“**  
Sich langsam an das Training herantasten und den Körper auf die Belastung vorbereiten - so sieht der Start in den neuen Fitnessalltag aus. Nimm deinen eigenen Bewegungsapparat wahr und lockere die Muskulatur als auch die fascialen Strukturen. Statt dem klassischen Warm-up auf dem Crosstrainer steht ein Muskellängentraining auf dem Programm! Den Anfang machen gezielte Rückwärtsbewegungen, die den Körper aufrichten und die Grundmobilität wiederherstellen. So ergibst sich eine ideale Ausgangsbasis für ein effektives Krafttraining.

**MOTIVIERE DICH MIT KRAFT- UND BEWEGLICHTSÜBUNGEN**  
Durch die optimale Kombination aus der Kräftigung der abgeschwächten und dem Mobilisieren der verkürzten Muskelgruppen, bringst du deinen Körper schnell und sicher auf das „Vor-Corona“ Level. Schmerzen und Fehlhaltungen aus dem Alltag werden verringert, die Muskulatur effektiv aufgebaut und Spannungen wieder gelöst.

**2 DIE KOMBI MACHT S: KRAFT- UND BEWEGLICHTS-TRAINING**

**3 STARTE MIT NEUEN ZIELEN DURCH**  
Ist deine Physiologie wieder hergestellt, kannst du jetzt das intensive Kraft- und Ausdauertraining gezieltes wieder aufnehmen. Elektronisch gesteuerte Geräte helfen dir dabei, deine Ziele - ob Gewichtreduktion, Muskelaufbau oder Schmerzreduktion, effektiv und nachhaltig umzusetzen. Der perfekt dosierte Trainings-Reiz ermöglicht ein maximales Wachstum deiner Muskulatur. Zusätzlich regt dir das Life-Feedback am Gerätedisplay an, ob du die Übung richtig ausführst.

**4 DEN FINALE: GEZIELTES BEWEGLICHTS-TRAINING**  
Am Ende jedes Trainings steht der Cool Down auf dem Programm. Ein individuell auf dich zugeschnittenes Beweglichkeitstraining, gezielt auf deine Einschränkungen ein, Problem-bereiche werden so gelockert und mobilisiert. Und das zählt sich aus. Schon nach kürzester Zeit wirst du kleine Erfolgeergebnisse und Soforteffekte wahrnehmen und von Mal zu Mal noch motivierter ins neue Krafttraining starten.

**8 WOCHEN GESUNDHEITSTRAINING & INBODY KÖRPERZUSAMMENSETZUNGSANALYSE FÜR NUR 99€\***  
\*FÜR ALLE DIE UNS NOCH NICHT KENNEN. AKTIONSENDZITRAUM: 04.09.-19.10.2021

**BEI ABSCHLUSS EINER MITGLIEDSCHAFT ERHALTEN SIE 100€ RABATT AUF'S STARTPAKET**

**Physio Aktiv MUSTERPRAXIS**  
Muster-Str. | 12345 Musterstadt  
www.physio-aktiv-musterpraxis.de | ☎ 123-456

## KUNDENANGABEN

Praxis

Telefon

Strasse, Hausnummer

Fax

Ort, PLZ

E-Mail

Lieferadresse (falls von obiger Adresse abweicht)

## BANK-EINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich ermächtige **Motion One GmbH** die oben vereinbarte Leistung laut separatem Angebot und Auftrag von meinem Konto einzuziehen:

Das ausgefüllte Formular bitte per Fax **0611-167 510 59** oder als abgespeichertes PDF an **info@motion-one.de** zukommen lassen.

Kontoinhaber

Die **Kundenangaben** für die Individualisierung des Werbemittels bitte als eine separate Textdatei per E-Mail an **info@motion-one.de** zusenden.

IBAN

**Hinweis:** Um Fehler zu vermeiden, bitte die Angaben korrekt angeben.

BIC

Datum, Unterschrift

Alle Preise verstehen sich netto zzgl. der gesetzlichen MwSt. und Versandkosten. Aus technischen Abwicklungsgründen und Anzahl der Bestellungen ist diese Kampagne (Druckkosten der Druckerei) nur per Lastschriftverfahren zu bezahlen.