

Osteoporose  
und  
Stoffwechsel



## Besuchen Sie unsere Gesundheitstage

- Osteoporose-Messung
- Testmöglichkeit der Power-Plate
- CRS-Stoffwechselanalyse-Messungen
- CRS-Stoffwechselanalyse-Messungen mit Ernährungstyp-Bestimmung

**Donnerstag, 09.02. – Freitag, 10.02.17:**

Gesundheitscoach im Thermalbad, von 11.00–19.00 Uhr

**Samstag, 11.02. – Sonntag, 12.02.17:**

Gesundheitscoach im Thermalbad, von 11.00–18.00 Uhr.

# Besuchen Sie unsere Gesundheitstage: 09.02. bis 12.02.2017

## «Osteoporose und Stoffwechsel»



### Osteoporose-Messung

- Osteoporose-Messung mit kurzer anschliessender Erklärung der Messergebnisse **CHF 10.-**/ca. 5 Minuten

Ab dem 30. Lebensjahr ist ein geringgradig fortschreitender Abbau der Muskelmasse und der Knochendichte normal. Daher ist es wichtig zu wissen, ob die Knochendichte abnimmt, um Präventionsmassnahmen ergreifen zu können.

### Power Plate – Variante der Osteoporose-Prophylaxe

- Testmöglichkeit der Power-Plate **gratis**/10 Minuten

Durch das Trainieren auf der Power-Plate werden Reflexe ausgelöst, die Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit fördern und Schutz vor Osteoporose bieten. Mitnehmen: bequeme Kleidung, Handtuch, Socken. Vor dem Training 0,5 Liter Wasser trinken.

### Ihre Gesundheit auf einen Blick mit:

- CRS –Stoffwechselanalyse-Messungen **CHF 39.-**/15 Minuten
- CRS Stoffwechselanalysen-Messung inkl. Ernährungstyp und Erst-Beratung **CHF 89.-**/30 Minuten

Wertvolle Empfehlungen für eine auf Sie persönlich abgestimmte und ausgewogene Ernährung. Benutzen Sie mindestens 5 Tage vor ihrer persönlichen CRS Stoffwechsel-Messung keine Crème mit Lichtschutzfaktor.

### Ein Anruf genügt

Bitte melden Sie sich im Voraus telefonisch an unter 056 265 28 00 oder per E-Mail an [info@mwc-thermalbad.ch](mailto:info@mwc-thermalbad.ch).