



## AOK-KOMBIKURS

Leichter aktiver leben.



AOKPLUS<sup>®</sup>  
EXKLUSIV

1. Nov  
Kursstart

Gemeinsam erreichen wir Ihre Ziele.

ADMEDIA Rehasentrum Chemnitz  
Planitzwiese 17 | 09130 Chemnitz | 0371 4003-250

[www.admedia.de](http://www.admedia.de)



richtig  
kombiniert

## Kombination aus Bewegung & Ernährung

Dieser Präventionskurs ist für Personen aller Altersgruppen geeignet, die aktiv und ganzheitlich etwas für ihre Gesundheit tun möchten.

Der 12-wöchige Kurs beinhaltet unterschiedliche und effektive Bewegungsübungen sowie gezielte Tipps aus der Ernährungsberatung und ist somit die ideale Kombination für einen gesunden Körper.

**Buchungen über**  
**eb-chemnitz@admedia.de oder 0371 4003-250**

