



FUNCTIONAL TRAINING

MEDICAL WORKOUT MIT WIRKUNGS-GARANTIE



FUNCTIONAL TRAINING WIRKT WUNDER EINZELN ODER IN GRUPPEN

Kraft und Stabilität, Ausdauer, Koordination, Beweglichkeit und Balance, kompakt gefasst und in ein umfassendes, abwechslungsreiches Trainingsprogramm gegossen:

Das ist und bietet die neue Strapazi-Dienstleistung «Functional Training».

Vergessen Sie für einmal Laufband und Kraftmaschinen, denken Sie stattdessen an ein hoch intensives, multidimensionales Übungsprogramm, das sich an natürlichen Bewegungsabläufen orientiert und ganze Muskelketten beansprucht, das persönliche Schwächen ausmerzt, Stärken ausbaut und konsequent ergebnisorientiert arbeitet.

Mit Hanteln, Gummibändern, Spezialfahrrad, Medizinbällen und weiteren Kleingeräten, einem individuellen Trainingsplan sowie 1 zu 1 begleitet von unseren Physiotherapeutinnen und -therapeuten werden Ihre hohen Ansprüche an Fitness und Körperwohl in verblüffend kurzer Zeit erfüllt. Energieverbrauch und Einsatz sind hoch, entsprechend schnell und signifikant zeigt sich der Erfolg.

Sie müssen kein Sportcrack sein. Ihre Ziele erreichen sollten Sie aber schon wollen... Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich jetzt zum Einzeltraining oder Gruppenkurs an. Unser Versprechen gilt!

ANGEBOT

**«FUNCTIONAL TRAININGS»
FINDEN IN EINEM SPEZIELL
EINGERICHTETEN
KURSRAUM STATT.**

Gruppenkurs mit 3 bis 5 Teilnehmenden

Abo à 5 Einheiten CHF 200.-

Einzeltraining CHF 140.-

ANMELDUNG

**PHYSIOTHERAPIE
STRAPAZI CHUR
WIESENTALSTRASSE 7
7000 CHUR
ANMELDUNG VOR ORT
ODER AUF STRAPAZI.CH/KURS**



QualiCert
CERTIFIED QUALITY Von Krankenkassen anerkannt