

Ich beweg' mich!



Eine gemeinsame Aktion der Apotheken Umschau und Ihrer vhs

Machen Sie mit, denn nichts ist gesünder als regelmäßige körperliche Bewegung.

Die vhs-Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene:

- Fit im Alltag
- Pilates
- Rücken fit



So bringen Sie mehr Schwung in Ihr Leben – jeder Schritt zählt.

Wie motiviert sind Sie? Testen Sie Ihre guten Vorsätze und profitieren Sie von unseren Experten-Tipps:

www.apotheken-umschau.de/ich-beweg-mich

! Melden Sie sich jetzt bei Ihrer vhs an.

Mit der Apotheken Umschau und Ihrer Volkshochschule fit und gesund durch das ganze Jahr.