



prophy docs®

www.mensch-im-zentrum.com

Bewegung ist Leben

Mit regelmäßiger Bewegung lassen sich Übergewicht und Fettsucht wirksam bekämpfen. Somit wird auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen (wie Herzinfarkt und Schlaganfall) erheblich beeinflusst. Nicht nur das: Körperliche Bewegung reduziert die Gefährdung für verschiedene Krebserkrankungen wie Darm- oder Brustkrebs. Und: Bewegung eignet sich exzellent für die Stressbewältigung. Schon 30 Minuten Sport täglich wirken positiv auf Ihre Gesundheit.

Also: Worauf warten Sie noch? Der **Prophy** steht zu Ihrer Verfügung.



**„Wenn wir jedem Individuum das richtige Maß an Nahrung und Bewegung zukommen lassen könnten, hätten wir den sichersten Weg zur Gesundheit gefunden.“
(Hippokrates von Kos, ca. 460 – 370 v. Chr.)**

In einem **90-Minuten-Vortragsworkshop** werden alle gesundheitsrelevanten Sport-Themen angesprochen und: es gibt ausreichend Zeit für die Beantwortung Ihrer Fragen:

Teil 1: Vortrag mit Basisinformationen (45´)

Teil 2: Praxisbeispiele & Fragen (45´)

Wann & Wo?

1. Nach Terminvereinbarung im **Ärtezentrum Prophy Docs**: 30 Euro** p.P. (ab 7 Teilnehmer)
2. Nach Terminvereinbarung in Ihrer **Firma**: 500 Euro + Fahrtkosten*
3. Nach Terminvereinbarung am Ort ihrer Wahl als **Brunch** oder **Dinner**: 350 Euro*** + Fahrtkosten* (Speis´ & Trank NICHT inkludiert)
4. **NEU: Fachsimpeln unterm Filzdach** – in einer original mongolischen Jurte: 30 Euro** p.P. (ab 7 Teilnehmer, nach Terminvereinbarung)

*) Gerne komme ich mit dem Fahrrad, unabhängig von Jahreszeit: bis 20 km keine Fahrtkosten, wenn Duschmöglichkeit. Sonst: Tarif öffentlicher Verkehr

Bei individueller Beratung bei **Prophy Docs**:

***) 10 Euro Gutschrift, ***) 20% Rabatt

Dr. Bernd Haditsch, Facharzt für Innere Medizin, Vorsorgemediziner, ÖÄK-Diplom Genetik, ÖÄK-Diplom Ernährungsmedizin, MedAK Zertifikat Vorsorge- und Gesundheitsmanagement, EdX Certificate Global Health (Harvard), EdX Certificate Behavioral Medicine (Karolinska Institutet), EdX Certificate Lifestyle Medicine (Doane), Ironman 2012, Austrian Extreme 2015

Für weitere Informationen steht Ihnen das Expertenteam der Prophy Docs® gerne zur Verfügung.