



**20
JAHRE**

Tag der offenen Tür

zum 20-jährigen Jubiläum des
Sport-Gesundheitspark Berlin e.V.

Samstag **11.10.**
von **10 - 13** Uhr

Reinickendorfer Straße 61

im Ev. Geriatriezentrum,
Campus Virchow der Charité

**Kostenlose
Jahres-
mitgliedschaft
für das 5.000ste
Mitglied!**



Begrüßung

Dr. med. Thomas Krössin

Beratung

Unsere Sportwissenschaftler beraten Sie ausführlich zu gesundheitsförderndem **Training**, **körperlicher und geistiger Fitness**, sowie **Ernährung**

Kurzvorträge

- Risikofaktoren erkennen
- Stoffwechselerkrankungen
- Gesunde Ernährung

Medizinische Checks

Die Ärzte des EGZB testen **kostenlos**

- Blutdruck und Blutzucker
- Lungenfunktion
- Body-Mass-Index

Muskelfunktions- diagnostik

- Vorführung und Information
- **Jeder Besucher erhält einen Gutschein für einen kostenlosen Muskelfunktionstest (im Wert von 55,- EUR)!**

Gesundheitssport

zu fairen Vereinsbeiträgen schon ab 28,- EUR/Monat

- Gesundheitstraining
- Krafttraining
- Aquafit
- Herzsport
- Nordic Walking
- T'ai Chi Kineo
- Adipositasschulung

**Großer Sport-
Gesundheitstest
für Jedermann**

Testen Sie in nur 15 min Ihre Fitness und erfahren Sie welche Sportart wirklich zu Ihnen paßt!

SPORT-GESUNDHEITSPARK BERLIN e.V.

Reinickendorfer Str. 61 | 13347 Berlin | Tel. 450 83 550

www.sport-gesundheitspark.de | www.egzb.de



**Zentrum für
Sportmedizin**

Sport-Gesundheitspark



Gesund bewegen.