

Wellnessvorträge

...ich fühl' mich besser!

Freitag

ERÖFFNUNG

Bürgermeister Wittich Schobert anschließend

EASY FITNESS „Zumba für alle“ 15 Uhr

Fachvortrag: **Stuhlgymnastik und Gehirnjogging Schnupperkurs**
Silke Giesler 14 Uhr

Fachvortrag: **Schlank und fit - mach mit!**
Christiane Sgolik 16 Uhr

Fachvortrag: **Zuckerkrank - selber schuld?**
Gabriele Müller-Hunold 17 Uhr

Fachvortrag: **Gelenkschmerzen überwinden!**
Guido Ide 18 Uhr

Samstag

Fachvortrag: **Stuhlgymnastik und Gehirnjogging Schnupperkurs**
Silke Giesler 11 Uhr

Fachvortrag: **Bequeme Schuhe für lebenslanges fußgesundes Gehen**
Harry Peter, Haus der Fußgesundheit 12 Uhr

Fachvortrag: **Verschiedene Entspannungstechniken**
Ulrike Ding-Schulz 13 Uhr

Fachvortrag: **Körper und Seele reisen miteinander**
Heide Haring 14 Uhr

Fachvortrag: **Lass den Atem fließen**
Marion Thiele 15 Uhr

Fachvortrag: **Neue Technikrends für Hörgeräte und Infos zu neuen Kassenleistungen**
Tobias Klemm, Hörgeräte Berger 16 Uhr

ABSCHLUSS

EASY FITNESS „Body Balance“ 17 Uhr

Frühlingskick zum Sparpreis



Sie bekommen den Gesundheits-Drink „Frühlingskick“ zum super Sparpreis für nur 1,- €. Schneiden Sie einfach den Spar-Coupon auf der Vorderseite des Flyers aus und bringen diesen mit. Gültig am 21.-22. März.

Helmstedter Wellnessstage 2014

...ich fühl' mich besser!

Öffnungszeiten

Freitag 21.03.14 14-19 Uhr

Samstag 22.03.14 10-18 Uhr

So finden Sie zu den Wellnessstagen 2014



Schirmherr: Bürgermeister Wittich Schobert

Veranstalter: **helmstedt aktuell**
Stadtmarketing e. V.

Organisationsleitung: Petra Schadebrodt und Guido Ide

Liebe deine Stadt

Helmstedter Wellnessstage 2014

...ich fühl' mich besser!



GRATIS Eintritt

21.-22. März 2014

in der AWO-Begegnungsstätte
Schützenwall 5

Spar-Coupon für Gesundheits-Drink nur 1,- €

21.-22. März 2014

in der AWO-Begegnungsstätte

Eröffnung

„Wer nicht jeden Tag etwas Zeit für seine Gesundheit aufbringt, muss eines Tages sehr viel Zeit für die Krankheit opfern!“

Sebastian Kneipp

Liebe Besucherinnen und Besucher,

die neuen Helmstedter Wellnesstage bieten Ihnen ein abwechslungsreiches und informatives Programm. Die bunte Mischung aus Fachvorträgen, Messeausstellern und Rahmenprogramm bietet besondere Erlebnisse für alle Altersgruppen.

Lassen Sie sich von Experten inspirieren und nutzen Sie die Chance, im persönlichen Gespräch Ihre Fragen zu stellen. Vor allem: Erleben Sie schöne Momente im Herzen der historischen Altstadt von Helmstedt! Ich wünsche Ihnen zahlreiche Impulse für ein wohlthuendes und gesundes Leben.

Ihr
Wittich Schobert - Bürgermeister Stadt Helmstedt

... aktiv sein!

Zu Beginn und Abschluss der Helmstedter Wellnesstage findet je eine energiegeladene Mitmachaktion und Tanzshow des Fitnessstudios **EASY FITNESS** statt:

Fr. ca. 15 Uhr Zumba für alle
Sa. 17 Uhr Body Balance

Großes Gewinnspiel

Zählen Sie, wie viele Wellnesstage-Symbole sind an den Messeständen versteckt und schreiben Sie die Anzahl auf die Gewinnspielkarte. Unter den richtigen Antworten verlosen wir tolle **Wellness-Überraschungen**.



Aussteller



Hörgeräte Berger - Bauerstraße 6
Hörgeräte und neuste Technikrends



Oasa-Salzgrotte u. Wellness GmbH Gröpern 44
Salzgrotte, Solevernebelung und Massagen



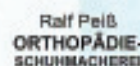
Fitline-Center www.fitlinecenter-bs.de
Christiane Sgolik
easy formel: Figur - Ernährung - Bewusstsein



Betten-Rust Juliusstraße 1
Zudecken und Schlafsysteme



Natürlich Schön Gröpern 6
Haarentfernung - Lifting - Tiefenwärmetherapie



Orthopädie-Schuhtechnik Peiß Gröpern 47
Gut gehen, gut stehen & Aloe Vera



Sanitätshaus Ihr Gesundheits-Team Streplingerode 2
Fitness für die Venen



Haus der Fußgesundheit/Orthopädie-Schuhtechnik
Heinrichsplatz 12
Bequeme Schuhe für fußgesundes Gehen



Buchhandlung Gröpern 5 Gröpern 5
Lesen - Entspannen - Träumen



Nails & Spa Stobenstraße 36
Natürliche Bräune und Permanent Make up



Kreissportbund Helmstedt e. V. Braunschweiger Tor 17
Dachverband der Sportvereine



Sanitätshaus Axel Ulrich Gröpern 40
Fußdruckmessungen und Videoanalyse



Praxis für Podologie und Physiotherapie am Magdeburger Tor
Roßstraße 4
Wir lösen Probleme



Duckstein-Pollitz Hinter der Ziegelei 6
Tagesfahrten, Gruppen- und Vereinsreisen



Fitnessland GmbH The Health & Lifestyleclub
Schwalbenbreite 10
Fitness - Kurse - Sauna

weitere Partner

AWO Ortsverein Helmstedt e. V.
Schützenwall 5, Helmstedt
Tel. 0 53 51 / 41 14 4

Bowlingcenter Helmstedt
Stobenstraße 32, Helmstedt
Tel. 0 53 51 / 54 33 23

EASY FITNESS
Von-Guericke-Straße 1, Helmstedt
Tel. 0 53 51 / 53 94 53

SAUNA-SPECIALS

im Julius-Bad

Samstag 10-18 Uhr
(gemischte Sauna)

- Beratung und Tipps zum richtigen Saunieren
- Besondere Aufgüsse

Eintritt nur **8,80 € p. P.**
einmaliger Messepreis

Dancing for boys + girls
Kinderprogramm im Bowlingcenter

Freitag und Samstag
jeweils von **16-17 und 17-18 Uhr**
für Kinder von 7-11 Jahren

Schnupperbowling
für Groß und Klein
während der gesamten Messezeit
mit **GRATIS Popcorn**