



Gesundheitsbörse im MZG-Therapiezentrum

Sonntag, 26. April 2026
10:30 Uhr - 17:00 Uhr



- **Aktionen zum Thema Gesundheit und Fitness**
- **Informationen und Mitmachangebote zur Kneipp-Lehre**
- **Vorträge**
- **Führungen**
- **Lokale Aussteller mit aktuellen Gesundheitsangeboten**
- **Bewegungslandschaft für Kinder und Hüpfburg**
- **Für das leibliche Wohl ist gesorgt (Bratwurst & Waffeln)**

Die Gesundheits-Sport-Fitness-Wellness-Arena

Antoniusstr. 21, 33175 Bad Lippspringe

Veranstalter:

Das MZG-Therapiezentrum und
der Kneipp-Verein Schlangen & Bad Lippspringe

**Aussteller: AWO, Sanitätshaus Büscher, Energetix-Schmuck, Hörakustik L&S,
Pflege St. Barbara, Sanitätshaus Rakers, Optik Uhren Vollmer**



Gesundheitsbörse im MZG-Therapiezentrum

PROGRAMM

- 10:30 Uhr Eröffnung
- ab 11:00 Uhr
 - Fitnesskurse zum Mitmachen (Yoga, Pilates, u.v.m.)**
 - Fitnesschecks**
 - BIA-Messung (Körperzusammensetzungsanalyse)**
 - Einführung ins Krafttraining**
 - Rollatorentaining (Hindernisparcour)**
 - Kneipp-Anwendungen**
 - Vorträge:**
 - Theorie und Praxis: Haltung im Alltag - kleine Veränderung große Wirkung
 - Ist Exzentrische Überlast im Muskelaufbautraining sinnvoll?
 - Richtige Ernährung rund um die Menopause
 - Gesunde Ernährung für das Herz
 - Klangschalentherapie**
 - Bewegungslandschaft für Kinder und Hüpfburg**
 - u.v.m.**

Angebot am Tag der Gesundheitsbörse (26.04.2026):

Melden Sie sich vor Ort in unserem Gesundheits- und Reha-Sportverein an und Sie bekommen bei Abschluss eines Halbjahresvertrags die Anmeldegebühr von 60 Euro geschenkt.