

### Branchenspezifische Angebote

Gesunde Mitarbeiter, niedriger Krankenstand, zufriedene Kunden – wellness mobil unterstützt Sie mit maßgeschneiderten Leistungen.

### Unternehmer

wellness mobil führt gezielte Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsfürsorge durch.

### Hotelbetriebe

Mit wellness mobil erweitern Sie Ihr Dienstleistungsspektrum um attraktive Angebote für Ihre Gäste.

### Fitness-Studios

wellness mobil bringt Ihnen einen professionellen Trainer und Ausbilder.

### Sportvereine

wellness mobil trainiert und betreut die Sportler.

### Sportveranstalter

wellness mobil unterstützt bei der Planung und Durchführung von Veranstaltungen.

### Ihr wellness mobil

Schulungen, Seminare, Veranstaltungen, Messen, Haus-, Hotel- und Firmenbesuche

### Holger Helper

Begastraße 13, 32108 Bad Salzuflen  
fon 05222. 2398501  
fax 0172. 5292350  
sms 0172. 5292350

www.wellness-mobil-owl.de  
e-mail: info@holgerhelper.de



Jetzt neu  wellness-mobil  
an festen Stationen

- www.burghotel-blomberg.de
- www.zum-stern.de
- www.hotel-pension-stibbe.de
- www.silbermuehle.de
- www.roemerbad-hotel.de
- www.schiedersee.de
- www.kneipp-verein-bad-salzuflen.de
- www.fitness4-u.de
- www.hotel-ostertor.com

Wir kommen zu Ihnen  
mit unseren Angeboten!

## Mobiler Trainer

Design und Layout: www.halfpap-design.de



... auf dem besten Wege zur Gesundheit!

### Rundum gesund mit dem wellness mobil

Gesundheit ist unser wichtigstes Gut. Mit diesem kostbaren Gut sollten wir bewusst und schützend umgehen. Kommen wir durch Stress, Leistungsdruck, falsche Ernährung, Bewegungsmangel oder Umwelteinflüsse aus dem Gleichgewicht, so entsteht eine Befindlichkeitsstörung.

wellness mobil bringt die Wellness- und Fitness-Welt zu Ihnen, in Ihre bevorzugte Umgebung. Heilsame Wellness-Behandlungen sorgen für Entspannung. Professionelles Fitness-Coaching lässt Sie Ihre Kräfte neu erfahren. Durch gezielte Übungen und Behandlungen tanken Sie neue Kraft und Energie. Ihr persönliches Gesundheitsprogramm macht Sie wieder fit für den Alltag.

### Sie bestimmen Ort und Zeit

Wellness-Behandlungen und Fitnessstraining können fast überall stattfinden. Ob zu Hause oder im Büro, ob im Hotel oder Fitnessstudio. Wichtig ist, dass Sie sich dort wohlfühlen.

### Personal Trainer

Mit dem wellness mobil kommt Ihr Personal Trainer zu Ihnen. Gemeinsam stimmen wir Ihr persönliches Fitnessprogramm ab.

Mögliche Trainingsbereiche für Einzel-, Pärchen-, Familien-, oder Gruppentraining.

[www.wellness-mobil-owl.de](http://www.wellness-mobil-owl.de)



Schnelligkeit & Reaktion



Bewegungsabläufe & Geschicklichkeit



Mentaler Ausgleich & Entspannung



Ernährung & Basenfasten



Kraft & Ausdauer



Balance & Koordination



Rückenschule & Körperhaltung



Kneipp & Lebensordnung

Kinesio Taping & Sportmassagen



## Mobiler Trainer