

Ein Vortrag von Arno Moos



FIT UND VITAL bis ins hohe Alter

Die Umkehr des Alterungsprozesses

- *Wie funktioniert der Alterungsprozess?*
- *Weshalb kommt die Regeneration im Alter immer mehr zum Erliegen?*

Sie können feststellen, welche Belastungen Ihr Körper im Laufe der Zeit bereits angesammelt hat und welche Auswirkungen diese auf Ihr tägliches Leben haben.

Geschwindigkeit und Ausprägung des Alterungsprozesses sind nicht nur von Ihren Genen abhängig, sondern auch von der Belastung, der Ihr Körper ausgesetzt ist. Es gibt gezielte Möglichkeiten, Symptome und Befindlichkeiten schon frühzeitig zu erkennen und zu vermeiden. Frühzeitige Informationen und Aufklärung sind hilfreich.



*Individuelle und zielgerichtete
Lösungen zur Förderung und zum
Erhalt von Vitalität und Gesundheit!*

Sonntag 10.03.24
16.00 Uhr



Anmeldung:

Erika Breitbach

Telefon 0162 3142817

Veranstaltungsort:

Im Schachraum, OTV 1888 e.V.

Hubertusstraße 12, 42697 Solingen