

# IHR PROBETRAINING

## Das erwartet Sie:

- Persönlich betreutes Training
- Dauer: ca. 60 Minuten  
30 Min Einführungsgespräch, 30 Min Training
- Ausführliche Beratung
- Trainingskleidung + ABS-Socken
- Viel Motivation und ein hocheffektives Training
- Gekennzeichnete Parkplätze vor dem Haus
- Ein gutes Gefühl :)

## Ihre Checkliste - Haben Sie an alles gedacht?

- Ausreichend Wasser getrunken? (mind. 0,5 L)
- Ich fühle mich nicht unwohl und bin gesund?
- Und habe Lust auf ein interessantes Training?

Diese Erkrankungen sollten **nicht vorliegen**:

- Epilepsie
- Herzschrittmacher
- Aktive medizinische Implantate
- Schwangerschaft
- Schwere Durchblutungsstörungen
- Bauchwand- oder Leistenhernie
- Tuberkulose
- Tumor-Erkrankungen
- Arteriosklerose in fortgeschrittenem Stadium, arterielle Durchblutungsstörungen
- Schwere neurologische Erkrankungen
- Diabetes mellitus
- Fieberhafte Erkrankungen, akute bakterielle oder virale Prozesse
- Blutungen, starke Blutungsneigungen (Hämophilie)
- Erkrankungen der Leber
- Wunden, Entzündungen, Verbrennungen, Reizungen, Ekzeme im Bereich der Elektroden

## So finden Sie uns:

SPORLASTIC Sports & Health  
Hechinger Straße 12  
72622 Nürtingen  
Tel. 07022 244327

[www.sporlastic-sportshealth.com](http://www.sporlastic-sportshealth.com)



**SPORLASTIC**<sup>®</sup>  
SPORTS & HEALTH