

# Körperzusammensetzung (BIA)

In Alzey beim Gesundheitstag in der  
Kreishandwerkerschaft Alzey-Worms

Am 14. und 15. Januar 2019

## FIT INS NEUE JAHR

Was wir essen hat große Auswirkungen auf unsere Fitness und auf unser allgemeines Wohlbefinden. Jeder Mensch ist individuell und so auch seine Ernährungsgewohnheiten. Finden Sie heraus, was Sie für ein effektives Training benötigen und starten Sie erfolgreich ins neue Jahr.

## PROGRAMM

09<sup>00</sup>-16<sup>00</sup> Uhr

Kostenfreie Analyse Ihrer  
Körperzusammensetzung.  
Wie ist mein Körper  
zusammengesetzt?  
Dauer 20 Min./Person

Die Messung erfolgt über Messelektroden an Hand- und Fußgelenk.

### Wichtig!

Um Möglichst genaue Ergebnisse zu erhalten, ist es wichtig, bis zu 1 Stunden vor der Messung nichts zu essen und nichts süßes zu trinken.

**Sichern Sie sich Ihren Termin!**

KHS Alzey-Worms – Tel.: 06731-8142

 **IKK** Südwest