



Diafit

Das Anschlussprogramm Diafit bietet Ihnen die Möglichkeit, neben selbständigen Aktivitäten weiterhin Gruppenlektionen Ihrer Wahl zu besuchen und an gemeinsamen Ausflügen teilzunehmen.

Das Bewegungsangebot auf einen Blick:

- Gymnastik
- Wassergymnastik im grosszügigen Bad des Fitnesspark Winterthur
- Nordic Walking
- Individualtraining im Ausdauer- und Kräftigungsbereich

Zusätzlich finden regelmässig Vorträge von Fachleuten zu den Themen Diabetes, Bewegung und Ernährung statt. Die aktuellen Diafit-Kurszeiten sowie die Abonnementspreise sind auf unserer Homepage ersichtlich oder bei Medbase Winterthur erhältlich.

Diafit wird in Zusammenarbeit mit dem Migros Fitnesspark Winterthur durchgeführt. Die Kosten werden von den Teilnehmenden übernommen. (Eventuelle Kostenbeteiligung durch Krankenkassen-Zusatzversicherung.)

Wir setzen alles daran, Sie auf Ihrem Weg zu einem gesunden Lebensstil zu unterstützen.

Ihre Anmeldung oder Fragen nehmen wir gerne unter nebenstehender Adresse entgegen. Rufen Sie uns einfach an.



DIAOfit

FITNESS  **PARK**
BANANE · WINTERTHUR
MIGROS

medbase
brunngrasse 6
ch-8400 winterthur
tel. +41 52 203 07 04
fax +41 52 203 07 05
winterthur@medbase.ch
www.medbase.ch