

# Stärke Dein Immunsystem!

- **Gezielte Bewegung!** (zu Hause und an frischer Luft)
- **Gesunde Ernährung!** (mit alltagstauglichen Rezepten)
- **Positives Denken!** (Meditation \* Yoga \* Karate-Do)



**Kostenlose  
Telefon-  
beratung!**



Gesundheitszentrum  
**Dojo Jiyu**  
Neumünster



**Neumünster Aktiv**  
Haart 224 • Einfahrt B  
*... das Zentrum für Bewegung und Gesundheit*

**Wir sind für Dich da! ☎ 0421-7 95 27**

Folgt uns auch auf  &  **neumuenster\_aktiv**