

smovewell & smile

Fitness - Wellness - Gesundheit



Ina Hofmann, zertifizierter smoveyCOACH

Meine Angebote für Sie:

+ smoveyFITNESS

Vom Einsteiger- bis zum Powertraining, ich erstelle für jeden Trainingstyp das passende Programm

+ smoveyWALK

Walking mit den smoveys incl. Kräftigungsübungen

+ smoveyWORKSHOP

Mein individuelles Angebot für Einrichtungen, Unternehmen und Vereine

Beim Training mit den smoveys steigern Sie ihre Lebensenergie und Lebensfreude, ganz nach meinem Motto "smovewell & smile"!

Informationen und Anmeldung:
Termine nach Vereinbarung

Ina Hofmann
09151/ 96 29 512
0151/58 144 083
Pommernstr. 21
91217 Hersbruck

info@smovewell.de
www.smovewell.de



Erfahren Sie die faszinierende Wirkung der smoveys.



smoveyFacts: Was ist smovey?

Das Besondere an den grünen Smovey Ringen sind die vier Stahlkugeln im Inneren, die eine Vibration entstehen lassen, die bis in die Tiefenmuskulatur hinein wirkt. Dadurch werden sensomotorische und neuronale Reize ausgelöst, die sich auf Muskeln, Gewebe, Organe und das Nervensystem auswirken. Gleichzeitig werden damit die Handreflexzonen nach der Traditionellen Chinesischen Medizin stimuliert.



HEALTH
YOUR
HANDS



smovey - Das Fitness-, Therapie- und Gesundheitsgerät ...

- ... trainiert die Tiefenmuskulatur
- ... löst Verspannungen
- ... strafft das Bindegewebe
- ... stärkt die Knochenstruktur
- ... fördert den Lymphfluss
- ... kräftigt das Herz-Kreislaufsystem
- ... aktiviert den Stoffwechsel
- ... vitalisiert die Körperzellen

smoveys eignen sich für Jung und Alt,
für Menschen mit und ohne Handicap.