

STRESSABBAU

Der Körper schreit nach Bewegung, aber Sie haben einfach nicht die Zeit dazu?
Die Familie soll natürlich auch nicht zu kurz kommen!

"Ein gesunder Geist wohnt in einem gesunden Körper!"
Der Spruch kommt nicht von irgendwoher!



STRESS-KILLER

Sportliche Betätigung beseitigt
Stress!
Aber Achtung: sollte es zu intensiv
sein,
erzeugt dies wiederum Stress!

Ziehen Sie mit dem *7meilenstiefel*
Ihre Runden - die Trainings-
Intensität können Sie selbst
variieren!

Der Kopf wird schnell frei - für
die wichtigen Dinge im Leben -
Ihren Job - Ihre Familie!



GLÜCKSHORMONE

Bei herkömmlichen Sportarten
werden die Glückshormone
(Endorphine) nach
ca. 30 Minuten freigesetzt -

beim *7meilenstiefel*
bereits nach 3 Minuten!

Ihre Motivation wird ungeahnte Höhen
erreichen!



ZEITERSPARNIS

**Um den Stress wirksam zu bekämpfen, bedarf es normalerweise
eines regelmäßigen und zeitintensiven Trainings!**

Diese Zeiten sind vorbei!

**Die stressabbauende Wirkung setzt beim *7meilenstiefel*
bereits nach 5 Minuten ein!**

Sie werden begeistert sein - und entspannt - im Handumdrehen!