(1-2< $NWX

-DKUH

Themen in dieser Ausgabe:

- Butterfly, die neue Studio-App
- Öffnungszeiten Feiertage im Juni und Kurs-Info
- Rehasportverein Schwanheim e.V.
- Die 10 Feinde der Schönheit
- Kräuter & Co.
- Sprühköpfe sammeln
- HERMES Paketshop
- Starthilfe für mehr Bewegung
- Sportmassage im ENJOY!
- Die besten Nahrungsmittel gegen Stress
- Die 35 größten Irrtümer der Ernährungsforschung
- Die Selbstheilungskraft der inneren Stimme
- Fitnessübung des Monats
- Die Zeit
  Ein Gedicht von Winfried Raddatz

%XWWHUIO\H QHXH-6WXGLR

Ab sofort k
unsere ne-ue
App nutzen.
letzten Tag
Ihr e-Mail
dem Link un
zerdaten be
Wer ke-Mail
uns erhalte
im Studi-Mai
kontrollier
bzw. hinter
sen, dann s
Euch sofort
und Eure Zu
ten.
Mit der App
Euch am-Ihea
melden ¿ber
Code oder v
Die App zei
Eure neuen
plªne und I
die aktuell

einsehen so
-Infos schne
lich erhalt
AuÇerdem si
viele ¦bung
App hinterl
weise auch
AuÇerdem kº
Eure Traini
durch regeli
fassung der
ten und dem
ningskalend
schauen.
Zudem gibt
den -SSeIrfvice
Hier kºnnt
neue Bankve
oder bei Um
neue Adress
gen.

Wir w¿nschen Eu
viel SpaÇ mit d
en EN-JAOPYP!!

gIIQXQJV]HLWHQ)HLHUWDJH ,QIR-XQL

$P XQG -XQL)•U DOOH)-UHLW 'DQQ QRFK NXU] LQ HL
3ILQJVWHQ KDE 6SLQQHU JHQHU 6DFKH
YRQ ELV
8KU I•U (XFK JH| 0DULRQ PDFKW
ELV HLQVFK
$P -XQL KDEH 6RPPHU
YRQ ELV SDXVH $P)UHL
8KU JH|IIQHW JHKW HV
'HU 5•FNHQNXUV GDQQ ZLHGHU ZI
OLFK VWDWW ZRKQW ORV

/HLGHU ZHUGHQ LPPHU
QRFK =HLWVFKULIWHQ
ZLU DXVJHEHQ QLFKW
ZLHGHU]XU•FNJHJHEH
%LWWH JHEW GLH =HL
VFKULIWHQ LPPHU QDF
GHP /HVHQ ZLHGHU]X
U•FN GDPLW DXFK GLH
DQGHUHQ 0LWJOLHGHU
GHQ *HQXVV NRPPHQ

:LU Z•QVFKHQ (X
ZHLOV HQWVSDQ
WDJH

(XHU 7HDP YRP
(1-2<

,PSUHVVXP
Herausgeber:
ENJOY! Wellness & Fitness
Martinskirchstr. 7
60529 Frankfurt am
www.fit-schwanheim.de
info@fit-schwanheim.de
Verantwortlich: Pia