



Gute Gründe für Bewegung

**Bewegung hilft
Kalorien
abzubauen.**



**Bewegung schützt
vor Herz-Kreislauf
Krankheiten.**



**Bewegung hilft
im Alter fit
zu bleiben.**

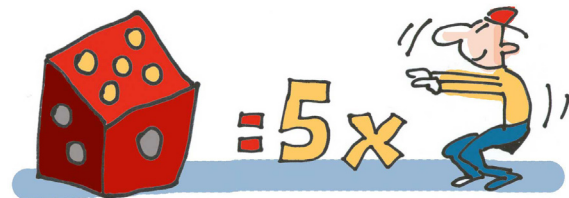




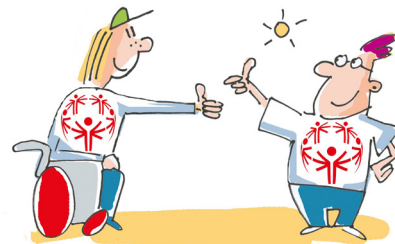
**Bewegung
macht
gute Laune.**



**Bewegung
schmiert
die Gelenke.**



**Bewegung
macht
beweglich.**





**Bewegung hilft
gesund
zu bleiben.**



**Bewegung schützt
vor zu hohem
Blutdruck.**



**Bewegung
stärkt die
Abwehrkräfte.**





**Bewegung
schützt vor
Rückenschmerzen.**



**Bewegung schützt
vor Darm- und
Brustkrebs.**





Warum brauchen wir gesunde Bewegung?

