

Wettbewerb

Gewinnen Sie einen Fitness-Check

«VisanaFORUM» verlost zehn Fitness-Checks. Mit Experten der Gesundheitsförderung testen Sie Ihre gegenwärtige körperliche und mentale Fitness. Die Testresultate (Körperfett, Muskulatur, Körperwasser, Fitness, Stress, Body-Mass-Index u.a.) sind Grundlage für die Verbesserung Ihres Wohlbefindens.

Der Fitness-Check eignet sich für Damen und Herren jeden Alters. Er wird in verschiedenen Schweizer Städten als Kurzseminar im Gruppenunterricht mit individueller Betreuung durchgeführt. Die Fitness-Checks finden jeweils an einem Mittwoch zwischen 18.00 und 20.30 Uhr statt. Wenn Sie zu den Gewinnerinnen oder Gewinnern gehören, senden wir Ihnen eine Liste der Seminarorte und -daten zu.

Eine ausführliche Semindokumentation ermöglicht es Ihnen, sich nach dem Fitness-Check weiter in die Themen der Gesundheitsförderung zu vertiefen. Sie erhalten ebenfalls Hinweise, wie Sie Ihre Vorsätze im Alltag umsetzen können. Wie Sie gesund durch den Winter kommen und fit für den Frühling sind, können Sie auf Seite 6 lesen.

Die Teilnahme an einem Fitness-Check lohnt sich. Deshalb verlost «VisanaFORUM» zehn Fitness-Checks. Einfach untenstehenden Talon ausfüllen, auf eine Postkarte kleben, und mit etwas Glück können Sie kostenlos Ihre körperliche und mentale Fitness testen.

Wettbewerbstalon

Ja, ich möchte an einem Fitness-Check teilnehmen.

Frau Herr

Name _____

Vorname _____

Strasse, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Talon ausschneiden, auf eine Postkarte kleben und bis 10. Februar 2007 einsenden an: VisanaFORUM, Weltpoststrasse 19, 3000 Bern 15. Wir wünschen Ihnen viel Glück.

Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Einheitskasse: Nein
Warum die Initiative
für eine Einheits-
kasse am 11. März
abzulehnen ist

Seite 3

Gesund und fit
Gesund durch
den Winter –
fit für den Frühling

Seite 6

Mehr Leistungen
Reiseversicherung
Vacanza: mehr
Leistungen zum
gleichen Preis

Seite 12

