



SENSOPRO



# DAS KOORDINATIONS- KONZEPT

Für schnellere Rehabilitation,  
bessere Gesundheit und mehr Fitness.

# WELCHES IST DEIN PERFEKTES PROGRAMM?

Sensopro eignet sich für Bewegungsmuffel, Spitzensportler, Verletzte, Skifahrer, Senioren, Fussballer, Wanderer, Fitnessfreaks und DICH!

Verbessere deine Koordination – ganz einfach und eigenständig!  
Lege hier deine Basis für ein effizienteres Kraft- und Ausdauertraining!

## UND SO EINFACH GEHT'S:

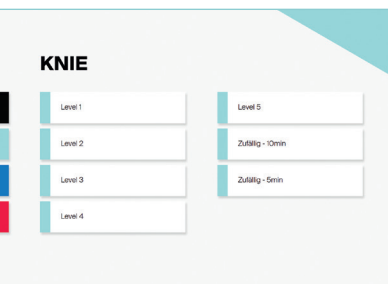
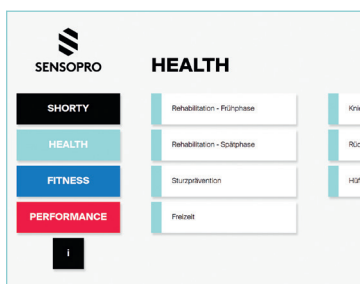
Wähle deine Kategorie und dein Programm

**HEALTH:** für Gesundheit und Rehabilitation

**FITNESS:** für Hobbysportler und Bewegungsmuffel

**PERFORMANCE:** für Koordinationsexperten und Leistungssportler

**SHORTY:** für ein kurzes Warm-up oder Cool-down



Ein Programm besteht aus 5 Levels. Starte bei Level 1 und absolviere pro Level mindestens 3 Einheiten.

Durchlaufe in jeder Trainingseinheit ein komplettes Training von 10 Minuten Dauer.

Lass dich von deinem Trainer zu deinem perfekten Programm beraten.

[www.sensopro.swiss](http://www.sensopro.swiss)

