

zitha 

FIT ginn... FIT sinn...

Aktiv FIT bleiwe mat ZithaAktiv !



Fitness fir Kapp a Kierper

Individualiséierten Training fir Fitness,
Mobilitéit a Gediechtnes.

Héich qualitativ a perséinlech Betreuung
durch eng spezialiséiert Equipe:
Dokter, Psycholog, Kinesitherapeut,
Ergotherapeut, Sportscoach an
Assistante sociale.

Berodung an Informatiounen
zu Themen ronderëm Gesondheet
a Sécherheet am Alter.

Bilan an Ënnerstëtzung bei
Gediechtnesproblemer.

Muskel- an Ausdaueropbau
fir e méi séchert Goen, Verbesserung a
Stabilisatioun vun der Autonomie.

ZithaAktiv

Centre de la Mémoire et de la Mobilité

13 rue Michel Rodange
L-2430 LUXEMBOURG

Tel.: 40 144 2233

zithaaktiv@zitha.lu - www.zithaaktiv.lu