

10:30 Uhr

Patricia Valderrama, Friseurmeisterin und Haarwuchsspezialistin
Haarausfall – was Dein Körper Dir sagen will

12:00 Uhr

Annette Sax, Stilberaterin und Trainerin
Lebe deine wahre Schönheit – die neue Farb- und Stilberatung

13:00 Uhr

Achim Fischer
Reparatur auf Zell-Ebene: Mehr Leistung, mehr Vitalität

14:00 Uhr

Ines Mohr, Körpertherapeutin, zertifizierte Bindungsenergetikerin
Zufriedenheit – Der Weg zu sich selbst

Aktionen

kostenlose Massage auf der
medizinischen Therapieliege beauty sun

CERAGEM, kostenlose Körperbehandlung zur
Entlastung des Lymphsystems und Entlastung
des Stoffwechsels, Körperfettmessung beauty sun

Beckenbodentraining, Ballancer-Figur-Anwendung calory coach

im Pfarrheim:

Shiatsu Massage Thiede Russell

Alterssimulationsanzug GERT Seniorenzentrum
Mainbrücke

11.00 Uhr Gute Laune garantiert: natürlich fit e.V.
Mitmachen beim Fitnesstraining

13.00 Uhr Yoga ganz praktisch Ricky Böhm-Hennes

14.00 Uhr Gute Laune garantiert: natürlich fit e.V.
Mitmachen beim Fitnesstraining

Sonntag, 27. Oktober, 12.00 Uhr
Dienstag, 29. Oktober, 18.30 Uhr

Movie-Kino, Marktheidenfeld: Yoga – die Kraft des Lebens,
ein Film von Stéphane Haskell

Inspiriert von seiner eigenen Heilung zieht Regisseur
Stéphane Haskell in die Welt, um die Wunder zu entdecken,
die Yoga vollbringen kann.

Gesund – gesünder – MainVital!

MEDIA LIFE WORKS

Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Besucherinnen und Besucher,

im Namen der Veranstalter – Werbegemeinschaft und Stadt Marktheidenfeld –
wünschen wir Ihnen einen informativen und guten Gesundheitstag MainVital.
Das gesamte Programm für den 26. Oktober finden Sie in dieser Broschüre.

Die Geschäfte in der Innenstadt und die Aussteller im Pfarrheim St. Laurentius
bieten ein breites Spektrum an Expertenwissen sowie Tipps und Anregungen rund
um die Themen Gesundheit, Wellness, Entspannung, Schönheit und Fitness.

Sie haben einen Tag lang die Möglichkeit, sich kostenlos zu informieren und beraten
zu lassen. Darüber hinaus können Sie sich bei verschiedenen Gesundheitstests von
A bis Z durchchecken lassen. Besonders empfehlen dürfen wir Ihnen unser Vor-
tragsprogramm, das ab 10.30 Uhr im Untergeschoss des Pfarrheims stattfindet.

25 Geschäfte in der Innenstadt und über 20 Aussteller im Pfarrheim St. Laurentius
bieten Ihnen bis 16 Uhr eine bunte Palette an Expertenwissen und jede Menge
Tipps und Anregungen.

Mit etwas Glück gewinnen Sie einen der über 25 Preise bei
der Tombola im Pfarrheim im Gesamtwert von über 1.000 Euro.

Eine entspannte Zeit beim Gesundheitstag MainVital
wünscht Ihnen das Organisationsteam

Thomas Albert, Theodor Stahl und Inge Albert

Gesundheitscheck

kostenlos!

Wirbelsäulenvermessung	Betten Emmerich
Körperfettmessung	Calory Coach
Analyse Sitzverhalten am Arbeitsplatz	Büro Albert
Sehcheck mit Sehberatung: Multivisusmessung, 3 D-Messung, Irisbilder, Präzisionshornhautmessung	Optik Wolf
Sehanalyse mit Augenuntersuchung	Optik Laumeister
Fuß- und Ganganalyse	Orthopädie Albert
Vitalstoffmessung Bioscan	Marion Wittig (Pfarrheim)
Messepreis: 29 EUR	

26. Okt. 2019 10.00 - 16.00 Uhr

Main Vital!

Marktheidenfeld aktiv.

... der Wohlfühltag für
Gesundheit, Fitness und Schönheit.

im Herzen der Stadt



Fachvorträge

Aktionen

Gesundheitschecks

Gewinnspiel mit tollen Preisen!



Main Vital!

Marktheidenfeld aktiv.

... der Wohlfühltage für
Gesundheit, Fitness und Schönheit.



Eintritt frei!

Pfarrheim St. Laurentius, Kolpingstraße

Tara Maria Maumann: Gesünder surfen und telefonieren mit "5dhyperware" - DER All-in-one-Schutz bei Strahlenbelastung u.a.

Biosa: NanoVi-Inhalation: Reparatur auf Zell-Ebene – mehr Leistung, mehr Vitalität

Ricky Böhm-Hennes: Yoga ganz praktisch

Buchhandlung Schöningh: Büchertisch zu Themen Gesundheit, Wohlbefinden, Fitness

Entspannungs-Praxis Roosigezeiten: Burnout/Stress-Check – ist meine Leben in Balance?

Gesundheitsamt: Infos rund um die Schwangerschaft: Elterngeld, Elternzeit

Grashüpfer: Frisches Gemüse und Bioprodukte direkt zu Ihnen nach Hause – regional, saisonal, ökologisch

Gesundheitsberatung Marianne Klüg: Schnell und einfach ins Wohlfühlen

KKH: Werden Sie aktiv mit unserem Vital-Tarif, Wir sagen ja zur KKH

Kosmetik Anja Kretzschmar-Meyer: Typgerechtes Brillen-Make up + Permanent Make up, dauerhafte und natürliche Konturen

Lebenshilfe Marktheidenfeld Tagesstätte: Infotisch, Bewirtung mit Herzhaftem und selbstgebackenem Kuchen

Ines Mohr, Körpertherapeutin, zertifizierte Bindungsenergetikerin: Zufriedenheit, Zuversicht und Klarheit- der Weg zu sich selbst

Natürlich fit e.v. Mainfranken: Outdoor-Aktivitäten in der Gruppe für Fitness, Gesundheit und gute Laune

Claudia Neumann, Heilpraktikerin: Strahlung ja, aber vitalisiert - Elektromog neutralisieren und in positive Energie umwandeln

ProVeg Marktheidenfeld: Klima-, Umwelt- und Tierschutz mit Messer und Gabel, Klima-Taschenbuch

Rheuma-Liga: Wir helfen Ihnen – für mehr Lebensqualität!

Ringana: 100 % frische Körperpflege und Nahrungsmittelergänzung – ethisch, nachhaltig, vegan

Shiatsu Thiede Russell: Shiatsu Massage

Seniorenzentrum Mainbrücke: Wohnen in der Mainbrücke ; Testen des Alterssimulationsanzugs GERT

Vhs: Kurse zu Entspannung, Fitness, Prävention

Marion Wittig: Vitalstoffanalyse Bioscan, Gesundheit ist meßbar

Obertorstraße

7 Büro Albert: ergonomisches Arbeiten im (Home-)Office + Luftreinigung für gesundes Raumklima

8 Bettwaren und Kinderartikel Ludwig: Für ein gesundes und erholsames Schlafenerlebnis: Nackenstützkissen, Matratzen, Bettwaren

9+10 Esprit und Cecil Store: Gesund essen: Brot, Dips, Gemüsesticks

Museum Obertor-Apotheke
Obertorstraße 10
geöffnet von 14-18 Uhr

Untertorstraße

11 Reha-Train: Erlangen eines Gutscheins für kostenfreies Gesundheitstraining

12 Franck-Stube: Probieren Sie vegane Pralinen

Mitteltorstraße

13 Vegeria Bistro: vegetarische Gerichte, täglich frisch und abwechslungsreich

14 Wäscheboutique P1: Kostenlose Handmassage

Bronnbacher Straße

15 Maribou: Golfen Sie sich Ihren Rabatt

16 Orthopädie Albert: Darstellung und Beratung bei Fußproblemen

17 Optik Laumeister: Sehanalyse mit Augenuntersuchung – neueste Hörgeräte-Technologie, bitte vorab Termin vereinbaren

18 Buchhandlung Schöningh: Gesundheitsratgeber und viele Bücher rund um Fitness und Schönheit

19 B2 Trendgalerie: Fitnesstracker und Smartwatches verschiedener Hersteller

Schmiedesecke

20 Stadtbibliothek Marktheidenfeld: lesenswerte Bücher zu Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden (10-13 Uhr).

Kolpingstraße

21 Pfarrheim St. Laurentius

Luitpoldstraße

22 DERPART Reisebüro Panter: Wellnessreisen zu Schnäppchenpreisen

23 Wert Voll Café: Immer wertvoll: unser Angebot an Smoothies, Tagessuppe und kleinen Köstlichkeiten

24 Berufsbekleidung Rist: Fußvermessung für Sicherheitsschuhe

Teilnehmer / Aktionen

Petzoltstraße

- 1 CaloryCoach:** Körperfettmessung, Beckenbodentraining, Ballancer-Figur-Anwendung
- 2 Optik Wolf:** Sehcheck mit Sehberatung: Multivisusmessung, 3 D-Messung, Irisbilder, Präzisionshornhautmessung, Vorsorgeinformationen für gutes Sehen
- 3 beauty sun:** Lymphmassage mit dem Slimyoni Bodystyler zur Anregung des Stoffwechsels mittels Druckwellen-Massagen
- 4 beauty sun:** Tabuthema Blasenschwäche? Mit uns bald kein Thema mehr
- 5 beauty sun:** Massage auf der medizinischen Therapie-Liege zur Anregung der Selbstheilungskräfte des Körpers

Brückenstraße

- 6 Betten & Wäsche Emmerich:** ergonomisch richtig liegen und schlafen durch Wirbelsäulen-Vermessung

... und nach dem Gesundheitstraining:
gesunde Köstlichkeiten mit Genuss - die kreativen Wirte
der Marktheidenfelder Gastronomie freuen sich auf Sie!

