



# Gesundheit verstehen und verbessern

## Das erste Praxisseminar für unseren Körper

Vertiefen Sie Ihr Bewusstsein zu Krankheitsbildern und deren Auswirkungen. Erkennen Sie das Ausmaß von möglichen Folgeerkrankungen und bilden Sie damit einen neuen Start, gezielte Maßnahmen innerhalb Ihres Unternehmens abzuleiten.

Dabei steht für uns der Gedanke „Machbarkeit“ im Vordergrund. Die vorgegebenen Trainingsmethoden sind getestet, praxistauglich und effektiv

Auch in Ihren Büros!

### Inhalte

- Krankheitsbilder und deren Entwicklung in Deutschland
- Unsere Körperhaltung im heutigen Zeitalter
- Situationsdarstellung im Körper in unterschiedlichen Berufsbildern
- Mögliche Folgeerkrankheiten
- Muskuläre Darstellung & Lösungsansätze
- Trainingsmethodik im Körper
- Trainingsmethoden für zu Hause & am Arbeitsplatz

**Zielgruppe:** Mitarbeiter, alle Interessierte



**Ihre Ansprechpartnerin:**  
**Heidi Buchfink**  
He**[buchfink@adwi.de](mailto:buchfink@adwi.de)**

0381 444 380 03



**Ihre Dozentin:**  
Anika Heye

Termin	Veranstaltungsort	Zeit
31.01.2019	Doberaner Straße 112, 18057 Rostock	09:00 – 16:30 Uhr
<p><b>Seminargebühr</b></p> <p><b>185,00 €</b> ohne Förderung, Förderung durch Bildungsscheck möglich Im Preis enthalten sind Seminarunterlagen, Zertifikat und Pausengetränke * Mit Angabe der E-Mail-Adresse stimme ich zu, regelmäßig Informationen von der AGENTUR DER WIRTSCHAFT zu erhalten. Ich bin einverstanden, dass meine personenbezogenen Daten zum Zwecke der Weiterbildungsorganisation erhoben, gespeichert und archiviert werden.</p>		
<b>Anmeldungen (Vor-und Zunamen)</b>		
Unternehmen (Stempel), Datum	E-Mail-Adresse, Unterschrift	