

Gesundheits- tag

Wo? / Wann? / Was?

Wo? _____

Wann? _____

Was? _____

spürbar

<https://aramark-ist-spuebar.movement24.de/>

Passwort: spuebar



Was erwartet dich?

Mini-Workshop (15 Min.)

Im Mini-Workshop lernst du, wie du mit einem Kurzprogramm an Lockerungsübungen für klassische Beschwerden den arbeitsbedingten Belastungen entgegenwirken kannst.

Uhrzeit:

Körperanalyse (15 Min.)

Mithilfe der BIA-Messung bekommst du eine Auskunft über deine Körperzusammensetzung. Du erhältst genauere Informationen zu Körperfettanteil, Muskelmasse, Viszeralfett, Körperwasser und Stoffwechselalter und bekommst wertvolle Tipps zur Optimierung deiner Werte.

Komm einfach vorbei!

Hast du Fragen?
Wende dich an:



SEI DABEI!

Erfahre hier direkt mehr zu deinen Angeboten des betrieblichen Gesundheitsmanagements.

