

FIT INS NEUE JAHR PRÄVENTIONSKURS



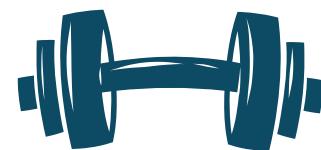
Starte energiegeladen und gesund ins neue Jahr mit unserem neuen Präventionskurs "Fit ins neue Jahr"!

Dich erwarten zwei Schwerpunkte:



Ernährung

&



Bewegung

Die Kurseinheiten wechseln sich wöchentlich ab, sodass du ganzheitlich begleitet wirst. Insgesamt umfasst der Kurs je 6 pro Schwerpunkt.

Zeitraum: 05.02.2026 bis zum 21.05.2026

Uhrzeit: immer donnerstags von 14:45 Uhr

(In den Osterferien finden keine Kurse statt)



Kosten: Bei einer Teilnahmequote von mindestens 80% ist der Kurs (mit Ausnahme der Lebensmittel) kostenfrei



Voraussetzungen: Coaching-Mitgliedschaft

Die Mitgliedschaft kann für den Präventionskurs abgeschlossen und anschließend wieder gekündigt werden.



Anmeldung: Bitte meldet euch über die Forms-Umfrage an.

Die Teilnahme ist auf 10 Personen begrenzt und die Verteilung der Plätze wird nach Anmeldedatum bestimmt. **Schnell sein lohnt sich!**

Nach der Anmeldung folgen weitere Informationen zum Ablauf per Mail.

Wir freuen uns auf euch!

In Kooperation mit der
Pronova
BKK



Bei Fragen wendet euch gerne an

Anne Albersmann
(anne.albersmann@partners.bASF.com)