
 Wissensvermittlung

 Bewegung

 Präsenz, Digital

VORTRAG GESUNDER RÜCKEN

Rückenfit im Beruf



Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt der Rückengesundheit, während wir Ihnen praxisnahe Hinweise zu alltäglichen Herausforderungen bieten. Durch die Integration von lösungsorientierten und wissenschaftlich fundierten Tipps erweitern Sie Ihr Repertoire an praktischen "live-hacks".

Wir beleuchten nicht nur die Anatomie des Rückens, sondern widmen uns auch Fehlhaltungen, ihren Ursachen und möglichen Folgen. Erfahren Sie, wie Sie präventive Maßnahmen ergreifen können, um Beschwerden vorzubeugen und die Lebensqualität zu steigern. Unser Ziel ist es, Ihnen nicht nur theoretisches Wissen zu vermitteln, sondern konkrete Handlungsempfehlungen zu geben. Machen Sie sich bereit, Ihren Rücken zu stärken und einen vitalen, schmerzfreien Alltag zu erleben. Der Vortrag bietet Ihnen einen umfassenden Einblick in die Pflege und Erhaltung eines gesunden Rückens.

KEY-FACTS



45-60-minütiger Vortrag



Bis zu 20 Mitarbeiter präsenz / Vortrag



Bis zu 6 Vorträge pro Tag buchbar

VORAUSSETZUNGEN

- Raum mit ausreichend Platz für Teilnehmer

DAS BRINGEN WIR MIT

- Zertifiziertes Personal - §20 SGB V - konform

NOTIZEN

KONTAKT

Ihr Ansprechpartner: Jan Erdmenger

Telefon: +49 172/ 86 87 88 1

erdmenger@dein-gesundheitsmanagement.de