

Gesundheitstag

22. November 2017
10 bis 16 Uhr



Gesundheit erleben – Ressourcen stärken!

Erfahren Sie mehr über Ihre Gesundheit und nehmen Sie teil an unserem Gesundheitstag.

Weitere Angebote | Pixformance, Smoothies und Fußvermessung

EMG-Muskeltonusmessung | Bei dieser Messung werden Verspannungen der Rücken-, Nacken- und Schultermuskulatur aufgespürt und ausgewertet. Im Anschluss erhalten Sie individuelle Empfehlungen für Maßnahmen gegen Verspannungen.

Back-Check | In diesem Test werden Ihre Haltekraft sowie das Verhältnis Ihrer Bauch- und Rückenmuskulatur ausgewertet. Im Anschluss erhalten Sie eine individuelle Beratung, wie Sie Ihre Rumpfmuskulatur harmonisch trainieren können, um Rückenproblemen vorzubeugen.

Die Veranstaltung findet in der Turnhalle statt.

Ihr Ansprechpartner bei der TK

Andreas Schaller
Tel. 01 51 -12 65 91 38
andreas.schaller@tk.de

GUT ZU WISSEN



TK-GesundheitsCoaching | Wer sich ausgewogen ernährt, fit und aktiv bleibt, dem Alltag ohne Stress begegnet und aufs Rauchen verzichtet, hat viel bessere Chancen auf ein langes und gesundes Leben. Damit Sie mit Freude Ihre persönlichen Ziele erreichen, hat die TK für Sie das interaktive GesundheitsCoaching entwickelt. Schauen Sie vorbei auf www.tk.de, **Webcode 38516**