

PROGRAMM GESUNDHEITSTAG 2019

05.12.19 in Geislingen
10 – 16 Uhr



Hochschule für
Wirtschaft und Umwelt
Nürtingen-Geislingen



iStock-178415483 © leonello

WORKSHOPS	WANN	WO
Muskelentspannung – Tiefenentspannt in den Tag (ZAR)	10.30 – 11.00 Uhr	Pa4 – UG1
Autogenes Training – Dem Alltag entfliehen (ZAR)	11.15 – 11.45 Uhr	Pa4 – UG1
Effektive Selbstverteidigung für Jedermann (Dr. Michael Reiher)	12.00 – 12.45 Uhr	Pa4 – UG1
Bewegte Pause (AOK)	12.50 – 13.00 Uhr	Pa4 – UG1
Mittagspause		
Rückenyoga (Hochschulsport)	14.00 – 14.30 Uhr	Pa4 – UG1
Train your back (Arabesque)	14.45 – 15.15 Uhr	Pa4 – UG1

INFOSTÄNDE RUND UM DIE GESUNDHEIT (Pa4 – UG2)
<ul style="list-style-type: none"> • AOK • InShape • Arabesque • MyMuesli / Tree of Tea • Energieversorgung Filstal • Techniker Krankenkasse • Kneipp Verein Göppingen • Jakobsweg Göppingen

VORTRAG	WANN	WO
125 Jahre zentrale Wasserversorgung in Geislingen – Anforderungen und Herausforderungen (Energieversorgung Filstal)	14.00 – 14.20 Uhr	Pa4 – UG3