

PROGRAMM

GESUNDHEITSTAG AM 08.06.2016 IN GEISLINGEN

10⁰⁰ – 16⁰⁰ UHR



Hochschule für
Wirtschaft und Umwelt
Nürtingen-Geislingen

10⁰⁰ Uhr Begrüßung durch Rektor Prof. Dr. Frey (Pa4-UG2)

VORTRÄGE	WANN	WO
FITNESS TO GO – RIEGEL, SHAKES UND ISODRINKS (Heike Silber)	10.15 – 10.45 Uhr	Pa4 – UG3
BEST – PROGRAMM (Gerhard Öchsle)	11.00 – 11.30 Uhr	Pa4 – UG3
BEWEGUNGSEINHEITEN IM ALLTAG (Sebastian Schulz)	11.45 – 12.15 Uhr	Pa4 – UG3
MITTAGSPAUSE		
BEWEGUNG IM HOCHSCHULALLTAG (Stefan Berner)	14.00 – 14.30 Uhr	Pa4 – UG3
KRAFTTRAINING – WAHRHEIT ODER MYTHOS (Markus Reichert)	14.45 – 15.15 Uhr	Pa4 – UG3
FIT IM JOB / BRAIN FOOD (Monika Radke)	15.30 – 16.00 Uhr	Pa4 – UG3

WORKSHOPS	WANN	WO
ENTSPANNUNGSREISE	10.15 – 10.45 Uhr	Pa4 – UG1
GENUSSSCHULUNG	11.00 – 11.30 Uhr	Pa4 – UG1
REALISTISCHE SELBSTVERTEIDIGUNG	11.45 – 12.15 Uhr	Pa4 – UG1
GENUSSSCHULUNG	12.30 – 13.00 Uhr	Pa4 – UG1
BOOTCAMP: FITNESSTRaining MIT DEM EIGENEN KÖRPERGEWICHT	13.15 – 13.45 Uhr	Pa4 – UG1
YOGA	14.00 – 14.30 Uhr	Pa4 – UG1
ZUMBA	14.45 – 15.15 Uhr	Pa4 – UG1

INFOSTÄNDE RUND UM DIE GESUNDHEIT (Pa4 – UG2)

- AOK
- BÄCKEREI WINKLER
- BURKHARDT FRUCHTSÄFTE
- FITNESSSTUDIO INSHAPE
- FITNESSSTUDIO RESPOFIT
- GTM E.V.
- HOCHSCHULSPORT
- IBIS
- LANDRATSAMT GÖPPINGEN
- UNI ULM – SEKTION SPORT UND REHABILITATIONSMEDIZIN
- VERBRAUCHERZENTRALE BADEN-WÜRTTEMBERG