

# PROGRAMM

GESUNDHEITSTAG AM 01.06.2016 IN NÜRTINGEN

10<sup>00</sup> – 16<sup>00</sup> UHR



Hochschule für  
Wirtschaft und Umwelt  
Nürtingen-Geislingen

10<sup>00</sup> Uhr Begrüßung durch Rektor Prof. Dr. Frey (Foyer CI2)

VORTRÄGE	WANN	WO
<b>LAUF DES LEBENS: 250KM DURCH DIE SAHARA</b> (Christian Bechtel)	10.15 – 10.45 Uhr	CI2-010
<b>BEST – PROGRAMM</b> (Gerhard Öchsle)	11.00 – 11.30 Uhr	CI2-010
<b>DER RÜCKEN</b> (Ljiliana Todorovic)	11.45 – 12.15 Uhr	CI2-010
<b>BEWEGUNGSEINHEITEN IM ALLTAG</b> (Sebastian Schulz)	12.30 – 13.00 Uhr	CI2-010
<b>MITTAGSPAUSE</b>		
<b>BEWEGUNG IM HOCHSCHULALLTAG</b> (Stefan Berner)	14.15 – 14.45 Uhr	CI2-010
<b>ALTE GETREIDESORTEN NEU WERTGESCHÄTZT</b> (Prof. Dr. Jan Sneyd & Susanne Erb-Weber)	15.00 – 15.30 Uhr	CI2-010

WORKSHOPS	WANN	WO
<b>E-BIKE FAHREN</b>	10.00 – 16.00 Uhr	draußen
<b>ENTSPANNUNGSREISE</b>	10.15 – 10.45 Uhr	CI2-111
<b>ÜBER DIE ACHTSAMKEIT ZUR KÖRPERÜBUNG UND ÜBER DIE KÖRPERÜBUNG ZUR ACHTSAMKEIT FINDEN</b>	11.00 – 11.30 Uhr	CI2-111
<b>AIKIDO</b>	11.45 – 12.15 Uhr	CI2-111
<b>JUDO</b>	12.30 – 13.00 Uhr	CI2-111
<b>FIVE MOVE</b>	13.15 – 13.45 Uhr	CI2-111
<b>AIKIDO</b>	14.00 – 14.30 Uhr	CI2-111
<b>YOGA</b>	14.45 – 15.15 Uhr	CI2-111

## INFOSTÄNDE RUND UM DIE GESUNDHEIT

(bei gutem Wetter im Innenhof vor CI2, bei schlechtem Wetter im Foyer CI2)

- AOK
- BÄCKERHAUS VEIT
- BURKHARDT FRUCHTSÄFTE
- FAHRRAD FACHGESCHÄFT CZERNOCH
- HOCHSCHULSPORT
- IBIS
- LANDRATSAMT ESSLINGEN
- PARC FITNESS
- UNI ULM – SEKTION SPORT UND REHABILITATIONSMEDIZIN