



Ablauf des 9. Gesundheitstages der Kaufleute für Büromanagement am 11.12.18

Station	Raum	08:45-09:15	09:25-09:55	10:05-10:35	10:45-11:15	11:25-11:55	12:05-12:35
1: Get up! Stand up! For yourself! Vortrag der Barmer Krankenkasse: Gesunder Einstieg in mehr Bewegung	C 310	1871	1872	1873	1874	1875	1877
2: Move your Butt! Einfach Spaß mit Zumba	Sporthalle	1877	1871	1872	1873	1874	1875
3: Yoga- Finding your chill-out! Entspannung, auch im Alltag	B007 neben der Sporthalle	1875	1877	1871	1872	1873	1874
4: You are what you eat! Ernährungsberatung	C 301	1874	1875	1877	1871	1872	1873
5: Brain Fit! Bauch-Beine-Hirn	C 302	1873	1874	1875	1877	1871	1872
6: P A U S E!		1872	1873	1874	1875	1877	1871

Wichtig: Seien Sie bitte **immer pünktlich** zur nächsten Veranstaltung anwesend. Sie haben 10 Minuten Zeit, um zur nächsten Veranstaltung zu gelangen!

Beginn: Um **8:00 Uhr** beginnt die Anwesenheitskontrolle an dem **jeweiligen 1. Aktionsort** (z.B. 1871 trifft sich in C 310, 1877 in der Sporthalle, etc.) sowie die **Vorbereitung der Räume** für die jeweilige Aktion.

Begrüßung: Um **08:15 Uhr** treffen sich alle Klassen **in der Sporthalle**.

Ende: Ca. **13:15 Uhr** nach der **Abschlussveranstaltung (Beginn ca. 12:55 Uhr) in der Sporthalle**.

Viel Spaß!
Simon Schoos