



## Fit durch den Sommer

**Faszination Faszi**en (Theorie + Praxis) 29.07.2020 von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr

**Onlineseminar Emotionales Essen - wie unsere Stimmung unsere Essenswahl beeinflusst**  
03.08.2020 von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr | 06.08.2020 von 9:00 Uhr bis 10:00 Uhr

**Entspannungsmix** 11.08.2020 von 9:00 Uhr bis 10:00 Uhr | 12.08.2020 von 18:00 Uhr bis 19:00 Uhr

**Fit in den Tag** 28.07.2020 + 11.08.2020 + 18.08.2020 von 7:30 Uhr bis 8:15 Uhr

**High Intensity Training** 29.07.2020 von 16:30 bis 17:00 Uhr | 07.08.2020 + 19.08.2020 von 7:15 Uhr bis 7:45 Uhr | 12.08.2020 + 26.08.2020 von 15:30 Uhr bis 16:00 Uhr

**Rückenfit** 27.07.2020 + 03.08.2020 + 25.08.2020 von 16:30 Uhr bis 17:30 Uhr

**Strength & Mobility** 13.08.2020 + 27.08.2020 von 11:30 Uhr bis 12:15 Uhr

Alle Angebote werden live und online mit Videoübertragung per Zoom angeboten. Zoom ist kostenlos und es ist keine Registrierung notwendig. Wer sich auf dem Smartphone oder Tablet anmeldet, sollte vorher die kostenlose App herunterladen.

Die abgebildeten Angebote sind ein **Ausschnitt des Programms**, alle Termine finden Sie unter [www.bkk-zf-partner.de/kurse-reisen](http://www.bkk-zf-partner.de/kurse-reisen)

**Anmeldung und weitere Infos bei**  
[gesundheitsmanagement@bkk-zf-partner.de](mailto:gesundheitsmanagement@bkk-zf-partner.de)



**BKK ZF & Partner**

Partner für Ihre Gesundheit

