

Frühlingsgefühle mit der AOK

Neue AOK-Gesundheitsangebote ab 5. Dezember 2017 buchbar

Bodensee-Oberschwaben, den 20.11.2017. „Zurück zur Natur“ - unter diesem Motto stehen die AOK-Gesundheitsangebote für Frühling 2018 mit ganz neuen Kursen. Ganz gleich, ob es um gesunde Ernährung, Bewegung oder Entspannung geht. Erfahrene Präventionsfachkräfte begleiten auf dem Weg in ein gesundes Leben.

Wie die Profis im Kurs „Functional Fitness“ trainieren und Übungen aus dem Athletiktraining der Deutschen Nationalmannschaft kennenlernen. Das Training verringert die Verletzungsgefahr und verbessert zugleich die Leistungsfähigkeit. Das macht nicht nur im Sport belastbar, sondern auch im Alltag. Mit den AOK-Gesundheitsangeboten zudem die Work-Life-Balance in Schwung bringen. Auspowern ist im „Outdoor-Fitness“ angesagt. Ein intensives und abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Hilfsmitteln wie Baumstämmen, Bänken oder Treppen. Mit dem „Draußen-Workout“ in den Sommer 2018 durchstarten.

Anmeldung zum Kurs nach Wunsch ab Dienstag, 5. Dezember 2017 telefonisch unter 0751 371-170 oder im Internet unter www.aok-bw.de/gesundheitsangebote. Gerne beraten wir Sie auch direkt vor Ort und nehmen im AOK-KundenCenter Ihre Anmeldung

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Bodensee-Oberschwaben
Pressestelle

Charlottenstr. 49

88212 Ravensburg

Telefon 0751 371- 178

Telefax 0751 371- 51-178

E-Mail Thomas.Mueller@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de/bodensee-oberschwaben

AOK – Die Gesundheitskasse
Bodensee-Oberschwaben
Bezirksdirektion der AOK Baden-Württemberg

entgegen. Denn die AOK ist GESUNDNAH, wenn es um Ihre Gesundheit geht.

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Bodensee-Oberschwaben
Pressestelle

Charlottenstr. 49

88212 Ravensburg

Telefon 0751 371- 178

Telefax 0751 371- 51-178

E-Mail Thomas.Mueller@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de/bodensee-oberschwaben