

# VORTRAG RUND UM DEN RÜCKEN



Jeder kennt es oder hat schon einmal unter unangenehme Schmerzen im Rücken gelitten, welche die alltägliche Bewegung massiv beeinträchtigen.

Genau aus diesem Grund ist das Thema „Rund um den Rücken“ unabdingbar. In diesem Vortrag erfahren Sie nicht nur, wie Sie präventiv Ihren Rücken stärken können, sondern auch, was Sie bei Schmerzen unternehmen sollten. Es wird ein Verständnis zur Funktionalität und Erkrankungen des Rückens vermittelt.

Dieser Vortrag eignet sich sehr gut im Rahmen eines Gesundheitstages zur betrieblichen Gesundheitsförderung, denn Rückenbeschwerden sind einer der Hauptursachen für Fehlzeiten im Betrieb.

**Zielgruppe:**

Rückeninteressierte

**Teilnehmerzahl:** 1-99

**Dauer:** nach Vereinbarung

**Preis:** nach Vereinbarung

**Wir empfehlen ein Zeitfenster für Fragen der Mitarbeitenden einzuplanen.**