



GKV-Bündnis für
GESUNDHEIT

Einladung zur Schulung

Bewegungspause

Haben Sie Spaß an Bewegung und möchten das gerne mit anderen teilen?

Dann ist die Schulung zur Bewegungspause genau das Richtige für Sie!

Die Schulung ist für Anfänger geeignet – Sie müssen keine Vorkenntnisse haben und auch nicht sportlich sein.

Gemeinsam erlernen wir 5-minütige Bewegungspausen mit einfachen Übungen, die Sie ganz leicht in Ihrem Alltag durchführen können.

In der Schulung werden Sie ermutigt, die Bewegungspausen nach Lust und Laune privat oder in den Pausen bei Ihrem Träger durchzuführen.

Sie erhalten am Ende der Schulung eine Teilnahmebescheinigung und Materialien zur Bewegungspause.

Termin

Dienstag, 16. September 2025 von 9.00 bis 12.00 Uhr

Ort

Kreisvolkshochschule Landau

An der Kreuzmühle 2

76829 Landau

Anmeldung

Bitte melden Sie sich bis spätestens 31. August 2025 an:

<https://forms.office.com/e/hGhHgYmk03>



Die Schulung ist kostenfrei.

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.



Landau

16. September
2025

9.00 – 12.00 Uhr