AHZ Gesundheitsangebote

YOGA FÜR MITARBEITER

Ein Angebot im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung

Yoga stärkt nicht nur den Rücken und verbessert die Beweglichkeit, es hilft auch Stress abzubauen, die Konzentration zu fördern und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.

Der Einstieg ist jederzeit möglich!

Konditionen:

Das AHZ Isny übernimmt vier Yoga-Einheiten pro Monat und Mitarbeiter. Weitere Einheiten können gerne privat gebucht werden.

Anmeldung:

QR

Weitere Infos:

Nadine Urbas | 0160-98232623

nutrimo@outlook.com | www.nutrimo-isny.de

Massage

1 x im Monat 30 Minuten Wellnessmassage gegen schmerzhafte Verspannungen

Termine nach Vereinbarung

in der privaten Praxis für Physiotherapie

Bitte VOR Terminvereinbarung AHZ Nachweis in der Verwaltung abholen!

Julia & Niels Adorf

Tel. 0177-5056483

(WhatsApp oder Nachricht auf dem Anrufbeantworter)

Haggweg 6 in Isny

Bitte Duschtuch mitbringen!

Weitere Informationen bekommst Du bei Anna Schiller, Silvia Emtmann-Härtl und Mehmet Salman in der Verwaltung!