



A H Z A k t i v



**Aktiver Austausch und Wissen in den Bereichen
Ernährung, Bewegung und Training**

hauptsächlich über eine WhatsApp-Gruppe und in Live-Treffen.

**Bei diesem Programm wirst Du von unserer Personaltrainerin Frau Simone Treichel
begleitet und unterstützt.**

**Weitere Infos erhältst Du bei Anna Schiller (betriebliche Gesundheitsmanagerin)
unter Tel. 70978-14 oder anna.schiller@ahz-isny.de.**

wollen & können = machen ➡ bleib fit im (Arbeits-) Alltag mit AHZ Aktiv !!

