



Aktiv: Neues Bewegungsangebot

Etwas für die Gesundheit tun – das neue Bewegungsangebot für das Wintersemester 2015 ist da.

Fördern Sie Ihre Gesundheit mit dem Bewegungsangebot der Med Uni Graz – die neuen Kurse für das Wintersemester sind bereits in MEDonline einzusehen.

„MED UNI IN BEWEGUNG“ lautet das Motto auch im Wintersemester 2015, dazu werden wieder vielseitige Kurse für Bewegungsinteressierte angeboten – eine Vorschau dazu gibt es vom Betrieblichen Gesundheitsmanagement der Med Uni Graz.

Auf Sportbegeisterte, Gesundheitsbewusste und Bewegungsinteressierte warten tolle Kurse, die Ende September bzw. Anfang Oktober starten. Gesundheitsförderung hat viele Facetten: Von Schwimmen über Yoga bis hin zu Bouldern gibt es in der kalten Jahreszeit viele Möglichkeiten, um der Wintermüdigkeit zu trotzen. Auch ein Lauf- sowie Ausdauer- und Konditionstraining für besonders Sportliche ist dabei, wer sich lieber mit Zumba, Pilates oder Qigong fit hält wird auf MEDonline ebenfalls fündig. Hier können sich Interessenten für die gewünschten Kurse anmelden, lediglich ein Selbstbehalt von 15 bis 40€ wird eingehoben.

Das Angebot richtet sich an Bedienstete der Med Uni Graz. Alle Kurse finden Sie eingeloggt im MEDonline unter „Interne Weiterbildung und Betriebliche Gesundheitsförderung“. Die Anmeldung ist ab dem 7. September 2015 offen.

Tuesday, 11. August 2015