

Gesundheitstag 2018

FIT - Wie ein Turnschuh

Der Gesundheitstag ist ein Infoangebot an alle Bürgerinnen und Bürger zu ausgewählten gesundheitlichen und sozialen Themen – in diesem Jahr alles rund um Fitness.



Kontakt

Familienzentrum Clarissima
Tel.: 02102 / 96 91 20
Fax: 02102 / 96 91 91
Mail: zickwolf-krebs@evkirche-hoesel.de
www.evkirche-hoesel.de

TV Hösel 1901 e.V.
Tel: 02102 / 12 97 77
Fax: 02102 / 129792
Mail: info@tvhoesel.de
www.tvhoesel.de



HÖSELER GESUNDHEITSTAG



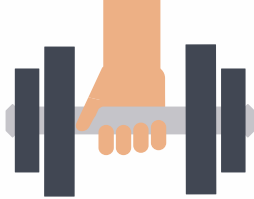
FIT - Wie ein Turnschuh

Samstag, 27.01.2018
ab 14:00 Uhr für Jedermann/-frau

Treffpunkt: Ev. Gemeindehaus
Bahnhofstr. 175, Ratingen-Hösel



Vorträge



Kleiner Saal

14:15 Uhr „Ganzheitliches Gedächtnis-
training für Senioren“

Anja von Prönay

15:15 Uhr „Neuer Trend - Faszien“

Anja Winterscheidt

16:00 Uhr „Gesunde Ernährung –
was is(s)t gut für MICH!“

Marcel Haan

16:45 Uhr „Fitness - Von den Ursprüngen
bis in 21. Jahrhundert“

Dr. Philipp Reek

Vorführung im Großen Saal

14:00 Uhr Eröffnung

15:00 Uhr Tanzgruppe

Leitung: Piia Peräniitty



Informationsstände

Sanitätshaus Höfges & Koch

Herr Koch

Golfclub Hösel

Melanie Niesing

Heilpraktikerin

Christiane Wittekind

FamilienLotSinn

Andrea Napp

Dobsom

Petra Arndt

Kitz

Bärbel Müller-Tabacchi

Ökotrophologe / Koch

Marcel Haan

Lauftreff TV Hösel

Gerd Hoppe

Café Glockenblume

Rosemarie Rossberg

Familienzentrum Hösel Clarissima

Sonja Zickwolf-Krebs

Heilpraktikerin

Dorothea Moch

Bemer

Arnold Lange



Weitere Angebote

Eine Welt Laden

Tee- und Kakaoverkostung

Fair gehandelte Bio-Lebensmittel

Cafeteria

Kaffee, Kuchen und Brötchen im Foyer
des Gemeindehauses

Thermomix

Vorführstation

Angebot in den Hallen

Fitnessstest

15:00 – 17:00 Uhr



European Fitness Badge

Mit dem Europäischen Fitness

Abzeichen kannst du dein Wissen über
deinen Fitness-Status erweitern!

Fit – Wie ein Turnschuh

ist ein funktionelles Fitness- und
Konditionsprogramm für Kinder im Alter
von 7 bis 12 Jahren!