

# Die hkk Moin-Wochen!

Hier finden Sie eine Übersicht unserer Impulse zur Unterstützung Ihres Wohlbefindens

	Di. 12.11.24	Mi. 13.11.24	Do. 14.11.24	Di. 19.11.24	Mi. 20.11.24	Do. 21.11.24
Morgens	<b>09:30 – 10:00 Uhr</b> Locker auf'm Hocker – Ihre aktive Pause	<b>9:30 – 10:30 Uhr</b> Mindful Media	<b>9:30 – 10:30 Uhr</b> Männergesundheit – Man(n) bist du gesund?!	<b>09:30 – 10:00 Uhr</b> Locker auf'm Hocker – Ihre aktive Pause		<b>10:00 – 11:00 Uhr</b> Rundum gesund: ganzheitliche Ernährung & Co
Mittags	<b>10:30 – 11:30 Uhr</b> Motivation – den inneren Schweinehund besiegen	<b>11:00 – 12:30 Uhr</b> Cool bleiben in herausfordernden Situationen	<b>11:00 – 12:00 Uhr</b> Frauengesundheit – entspannt durch wechselhafte Zeiten	<b>11:00 – 12:00 Uhr</b> Männergesundheit – Man(n) bist du gesund?!	<b>11:00 – 11:30 Uhr</b> Mindful Break  <b>12:00 – 13:00 Uhr</b> Motivation – den inneren Schweinehund besiegen	<b>12:00 – 13:00 Uhr</b> Werteorientiert leben
Nachmittags	<b>14:00 – 15:00 Uhr</b> Rundum gesund: Ganzheitliche Ernährung & Co	<b>13:30 – 14:00 Uhr</b> Mindful Break  <b>15:00 – 15:30 Uhr</b> Rückenyooga	<b>14:00 – 15:00 Uhr</b> Werteorientiert leben  <b>17:00 – 18:00 Uhr</b> Entspannter entspannen	<b>15:00 – 16:00 Uhr</b> Frauengesundheit – entspannt durch wechselhafte Zeiten  <b>17:00 – 18:00 Uhr</b> Entspannter entspannen	<b>15:00 – 16:00 Uhr</b> Mindful Media	<b>14:00 – 15:30 Uhr</b> Cool bleiben in herausfordernden Situationen

Sichern Sie sich einen Platz über das Anmeldeportal!

