

CITY GESUNDHEIT



Mainz

AK

aktiv – informativ – präventiv



Foto: Die Johanniter

**Wir laden ein
zur Aktion
„Mainz belebt Dich“**

am 14. September 2016
14.00 bis 18.30 Uhr
auf dem Gutenbergplatz in Mainz

Für Ihre Gesundheit sind wir da!

Ob Bewegung, Ernährung, Entspannung oder Achtsamkeit - bei der neuen Aktion von City Gesundheit Mainz AK auf dem Gutenbergplatz ist für jeden etwas dabei. Wir informieren Sie vor Ort mit Unterstützung von Radio RPR1.

Das erwartet Sie bei der Aktion „Mainz belebt Dich“:

- Praktische Tipps und wissenschaftliche Hintergründe zu gesunder Ernährung
- Bewegungsangebote und Zumba – aktiv dabei sein
- Informationen von Experten zu den Themen „Sportwissenschaft / Faszien“
- Herz im Takt – CardioScan – Messung
- Blutdruckmessung und viele weitere Angebote von Gesundheitsexperten

Unter dem Motto „Mainz belebt Dich“ stehen zudem Vorführungen und die praktische Anleitung zur Laienreanimation auf dem Programm.

Wir laden Sie herzlich ein zum Hören, Sehen, Testen, Schmecken und Mitmachen bei „Mainz belebt Dich“ am 14. September 2016.

Wir sind dabei:



The collage features logos for various partners: Tagesklinik Am Brand Ihre City-Klinik, feelfit, Die Johanniter (Aus Liebe zum Leben), MCM Mainz City Management e.V. (...wir setzen Impulse), RPR1, Netz für weibliche Gesundheit Mainz e.V., Natürlich, Citadelle seit 2013 (Bistro · Café · Restaurant Mainzer Tapas und mehr), GPE (Gesellschaft für professionelle Einzelkämpfer) THROMBOSE Initiative e.V., and Wissen im Herzen.



Foto: Tagesklinik Am Brand