

Wie kann ich mich selbst gesund halten? 



## Dieser Frage gehen die Teilnehmer beim **4. BleibGesundCamp** nach

In einem offenen Austausch lernen Sie voneinander die besten Methoden, um vorbeugend etwas für ihre Gesundheit zu tun.

Aber auch andere Themen rund um unser körperliches und seelisches Wohlbefinden werden besprochen.

**Tun Sie etwas für sich und Ihre Gesundheit!**

**Nehmen Sie am BleibGesundCamp teil!**

AUSGEZEICHNET ALS „**BEST HEALTH CARE EVENT 2014**“

**TERMIN** 

**Samstag**

25.03.2017

8:30 – 18:00 Uhr

**LOCATION** 

**Volkshochschule Esslingen**

Mettinger Str. 125, 73728 Esslingen

0711/550210

**vhs**  
Volkshochschule  
Esslingen am Neckar

INFORMATION & ANMELDUNG

[bleibgesundcamp.de](http://bleibgesundcamp.de)  
[fragen@bleibgesundcamp.de](mailto:fragen@bleibgesundcamp.de)

## Warum sollte ich teilnehmen?



- » Theoretische und praktische Sessions ergänzen einander. Es stehen Sporträume und Duschen zur Verfügung.
- » Erfahren Sie von anderen Interessierten, wie Sie im Alltag Ihre Gesundheit stärken.
- » Lernen Sie viele spannende Themen neben der eigenen Gesundheit kennen: Vom Organspendeausweis über neue Sportarten bis hin zu Fitness-Apps.
- » Bringen Sie sich selbst mit Ihren Fragen und Themen ein! Sprechen Sie über die Themen, die Sie wirklich interessieren!
- » Eigenes Wissen weitergeben, hilft Ihnen, dieses weiter zu vertiefen und noch selbstverständlicher anzuwenden.
- » Durch einen intensiven Austausch richten Sie sich und Ihr Unterbewusstsein auf ein gesünderes Leben aus.

### **KOSTEN** inkl. Mittagessen & Getränke



EARLY-BIRD bis 31.01.2017

25,- Euro (Ermäßigt: 20,- Euro)

DANACH

30,- Euro (Ermäßigt: 25,- Euro)

### **KONTAKT**



WEBSITE

[bleibgesundcamp.de](http://bleibgesundcamp.de)

E-MAIL

[fragen@bleibgesundcamp.de](mailto:fragen@bleibgesundcamp.de)

### INFORMATION & ANMELDUNG

[bleibgesundcamp.de](http://bleibgesundcamp.de) oder direkt bei der Volkshochschule Esslingen