



Immunsystem (Impulsworkshop)

Buchungsnummer
BA-00005

Aufbau und Stärkung des Immunsystems

Eine kurze Einführung"e
komplexen Mechaniken
unseres Immunsystems für ein
besseres Körperverständnis.
Einfache, aber wirkungsvolle
Maßnahmen zur Stärkung der

Immunabwehr. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Veranstaltungsart

Workshop

Workload (in h)

1,5

Preis

98,00 €

Aktions- und Gutscheincodes werden im Bestellprozess berücksichtigt.

Beschreibung

- Wie funktioniert unser Immunsystem?
- Warum Darmgesundheit essentiell ist
- Welche Bedeutung hat Vitamin D wirklich?
- Medikamente, Antibiotika & Co.
- Dinge, die unser Immunsystem schwächen
- Dinge, die unser Immunsystem stärken

Inhalte

Nutzen

Dozenten

Marko Müller ist BGM-Experte mit langjähriger Erfahrung in der Einführung, Betreuung und Optimierung von praxisorientierten BGM-Konzepten in mittelständischen Unternehmen. Er ist Referent für Gesundheitsthemen mit über 10 Jahren Erfahrung und breitem Themenspektrum.

Qualifikationen:

- Personal Trainer
- Medizinische Rehabilitation
- Medizinische Prävention
- Food Coach

Berufserfahrung:

- Seit 3.2021 BGM-Content- und Projektmanager
- 2016-2021 Aufbau und Leitung eines eigenen Fitness-Studios
- 2013-2015 Selbständiger Personal- & Company-Trainer
- 1994-2012 Groß- und Außenhandelskaufmann mit langjähriger Erfahrung im Vertrieb u. a. als Niederlassungsleiter und Prokurist eines großen deutschen Edeltstahlhändlers.