



Workshop

Körper und Bewegung (Impulsworkshop)

Preis
Details

Anmelde-Nr.

BA-00002
98,00 €

Wie viel Bewegung braucht der Mensch?

Der Impuls-Workshop vermittelt eine verständliche Einführung

wie der menschliche
Bewegungsapparat aufgebaut
ist und funktioniert. Er gibt
Antworten auf die Frage:
Wieviel und welche Art von
Bewegung ist wirklich
notwendig? Vorkenntnisse sind
nicht erforderlich.

Wir beraten Sie gerne.



Marko Müller

Projektmanager BGM

[+052152077116](tel:+052152077116)

marko.mueller@beauty-alliance.de

Beschreibung

- Entwicklung von Bewegung
- Bewegungsapparat Mensch- Muskel, Sehnen, Bänder
- Sport ist Mord! Oder doch nicht?
- Gesund jung bleiben
- Kraft und Mobilität
- Praktische Beispiele für sinnvolle Bewegung und Sport

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 Edstahlhändlers.
-