

Anwalt in eigener Sache

Mitarbeiterseminar

Datum 09.08.2021 Beginn 12.00 Ende 12.30

HAVfit - Deine bewegte Pause online

1.

Ein ganz besonderes Angebot für unsere Mitglieder und deren nicht anwaltliche Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen im Büro!

Unsere Trainerin Kerstin Gley trainiert mit Ihnen am Bildschirm die besonders in diesen Zeiten angespannten Körperregionen wie Nacken, Rücken, aber auch die vernachlässigten Beine. Das alles in einer sehr lockeren Atmosphäre per Zoom, die O-Töne der Teilnehmer sprechen für sich:

„Endlich kann ich meinen Kopf wieder richtig nach links und rechts bewegen, danke!“

„Immer kurz vor der Grenze, so dass am nächsten Tag auch etwas Muskelkater da ist, aber ohne dass man ins Schwitzen gerät, so dass es wunderbar in den Büroalltag passt, super!“

Und das Beste: Kostenlos und exklusiv für unsere Mitglieder und deren nicht anwaltlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Büro!

Dazu sind keine Sportkleidung oder Handtuch nötig, einfach anmelden und über Zoom mitmachen.

Den Zugangslink erhalten Sie direkt vormittags am Veranstaltungstag.

Referierende/r Kerstin Gley, lizenzierte Fitnesstrainerin, Ernährungs- und Präventions-Coachin, Hamburg

Veranstaltung buchen