HAV
HAMBURGISCHER
ANWALTVEREIN e.V.

×

Anwalt in eigener Sache

Mitarbeiterseminar

Datum 08.05.2025 Beginn 12:30 Ende 13:00

HAVfit - bewegte Pause - online - 3152

1.

Ein ganz besonderes Angebot für unsere Mitglieder und deren nicht anwaltliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Büro!
Donnerstags von 12:30 bis 13:00 Uhr findet unser HAVfit Online-Kurs statt, in dem Sie in einer halben Stunde mit moderaten Bewegungen im Stehen oder auf dem Stuhl fit werden.

Unsere Trainerin Elena Dick 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.

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.

Melden Sie sich an!

Referierende/r Elena Dick, FirmenFitness Hamburg

Kosten: kostenlos, exklusiv für HAV-Mitglieder und deren nicht anwaltliche Mitarbeiter:innen

Veranstaltung buchen