

Ausgleichsübungen in der Gruppe



4- 8 min. während eines regelmäßigen Teammeetings in Ihrer Einheit, einer Besprechung, einem Workshop oder jederzeit mit Kolleg*innen zwischendurch.



Die gemeinsame Durchführung von Ausgleichsübungen verbessert Ihre Beweglichkeit und stärkt Ihre Muskulatur. Gerne leiten wir die Übungen in Ihrer Gruppe oder Einheit an. Bei regelmäßigem Interesse unterstützen wir mit der Schulung eines Multiplikators (Ergo-Coach) in Ihrer Gruppe oder Einheit.



Mitarbeiter*innen BCD Münster
inkl. (un)befristet, Auszubildende und Praktikant*innen



Das Angebot ist **kostenfrei**.



An den Arbeitsplätzen oder im Besprechungsraum.



Zur Terminabstimmung nehmen Sie bitte mit Thorsten Winkler Kontakt auf. Weitere Informationen zu Ausgleichsübungen, zum Ergo-Coach oder Videos mit Beispielübungen finden Sie im Internet unter: www.gesund-ms.basf.com.



Thorsten Winkler
Tel.: +49 2501 14 2270
Mail: Thorsten.winkler@basf.com



Betriebsrat Münster
BASF Coatings GmbH

BASF
We create chemistry