

# Präventionskurs

## Entlastung & Aufrichtung der Wirbelsäule



**Jeden Donnerstag**  
12:15 – 13:15 Uhr, 10 Einheiten  
Start am **09.01.2025**



**Mitarbeiter\*innen BCD Münster**  
inkl. (un)befristet, Auszubildende und  
Praktikant\*innen; Mitgliedschaft im  
Betriebssportverein ist nicht notwendig



Bei einer **regelmäßigen Teilnahme** (80%  
Teilnahmequote) ist das Angebot für Sie  
**kostenfrei**. Bei Nichteinhaltung müssen 60€  
selber getragen werden (begründete  
Ausnahmen z.B. Krankheit, Dienstreisen,  
Schichtarbeit). Die Verrechnung erfolgt  
automatisch zwischen der Krankenkasse  
und dem Arbeitgeber.



Eine Anmeldung ist erforderlich.



Mithilfe von Kräftigungs-, Dehn- und  
Entspannungsübungen der Rücken-, Bauch-  
und Nackenmuskulatur soll eine Verbes-  
serung Ihrer Körperhaltung, Beweglichkeit  
und Entspannungsfähigkeit erreicht werden,  
um Beschwerden entgegenzuwirken.



### Terminanmeldung erforderlich:

1. Internetseite <https://betriebssportverein-basf-ms.web.app/> oder App  
„Betriebssportverein BASF Coatings“ öffnen.
2. Falls Sie noch keinen Account haben, bitte  
auf der Seite, unter Einstellungen, neu  
registrieren (kostenlos).
3. Unten auf „Buchung C405“ klicken.
4. „Kurse & Reha“
5. „Gesundheitskurse“ - Zunächst den Kurs  
und dann den Termin auswählen.

Falls eine Anmeldung über das Internet für Sie  
nicht möglich ist, kontaktieren Sie uns bitte.

**BASF**  
We create chemistry

**Betriebssportverein BASF Coatings Münster e.V.**  
Telefon: +49 2501 14 - 5750  
Mail: [Betriebssportverein@basf.com](mailto:Betriebssportverein@basf.com)

In Kooperation  
mit der

