

Teilnahmebestätigung

Martin Schade

geboren am 11.03.1992

Teilnehmer-ID: 13877



Herr Schade hat den Online-Workshop

Bürofitness

am 14.05.2020 (3 Zeit-Std.) erfolgreich absolviert.

Inhalte: Übungen zur Lockerung von Nacken und Schultern auf dem Stuhl - Übungen zur Kräftigung von Schultern und Rücken auf dem Stuhl - Übungen zur Dehnung auf dem Stuhl - Entspannungsübungen auf dem Stuhl - Optimaler Aufbau einer Bürofitness-Einheit - Richtige Körperhaltung bei Bürotätigkeiten - gesunde Arbeitsplatzeinrichtung am Schreibtisch

Backnang, 18. Mai 2020

TOBIAS WENNINGER
Geschäftsführer

SIMONE WENNINGER
Pädagogische Leitung

SARA SCHLEGEL
Leiterin Service

JASMIN ERNST
Leiterin Marketing