

Uni Kiel, Sportforum 13.09.2016, Begrüßung 9.30 Uhr

GESUNDHEITSTAG

der Polizei am Standort Kiel und der Christian-Albrechts-Universität zu Kiel



in Zusammenarbeit mit der Gesundheitsförderung der Landespolizei Schleswig-Holstein und dem Arbeitskreis Gesundheitsförderung der CAU



	10.00-11.00 Uhr	11.30-12.30 Uhr	13.30-14.30 Uhr
Untere Entspannungshalle	Spinning		Spinning
Kletteranlage	Klettern	Klettern	Klettern
gr. Sporthalle	Badminton	Badminton	Badminton
kl. Sporthalle	Tischtennis	Tischtennis	Tischtennis
Spielehalle	Bogenschießen	Bogenschießen	Bogenschießen
Spiegelsaal	Tabata	Stabilitytraining Präventionssport für Lebensältere	Yoga
Turnhalle	Rücken vs. Bauch	Funktionales Workout	Zirkeltraining PUR
Tennisplätze	Tennisschule	Tennisschule	Tennisschule
Außenanlage	Duathlon: wir starten 10 Uhr mit 3km laufen, 20km Radfahren und nochmal 3km laufen :-)		Laufabzeichen 3000 und 5000m
	Sportliches Radfahren für Jedermann, 20km		
Beachvolleyballanlage	Beachvolleyball	Beachvolleyball	Beachvolleyball
Hörsaal	"Ernährung HEUTE" FIT Sportwissenschaftler	"Männergesundheit" Dr. Heblich	"Krafttraining für die Gesundheit" Prof. Dr. Burkhard Weisser

Weitere Angebote

Qigong im Botanischen Garten
Aktive Pause, an verschiedenen Standpunkten auf dem Campus
Entspannungsrundgänge im Botanischen Garten

Nähere Informationen finden Sie auf der Homepage der CAU
<http://www.personalentwicklung.uni-kiel.de>



Verpflegung

Speisen und Getränke in der Campus Suite

Kontakt

anja.keller@polizei.landsh.de - Telefon 0431 160-3482
personalentwicklung@uv.uni-kiel.de - Telefon 0431 880-5285

Folgende Aussteller bieten zahlreiche Informationen und Aktionen:

**Gesundheits-Prävention Polizei, polizeiärztlicher Dienst,
CAU, Kriwat, TK, FIT**

