



dieGESUNDHEITSbewegung

BGEF IM PULS TAG

BETRIEBLICHE GESUNDHEITS FÖRDERUNG
BEWEGUNG & GESUNDHEIT FÖRDERN

FR 2 DEZ

RELAXRESORT KOTHMÜHLE
NEUHOFEN AN DER YBBS

IMPULSE FÜR IHR UNTERNEHMEN GESUNDHEITSPULSE IMPULSE FÜR SIE PERSÖNLICH



EINLADUNG ZUM VNF BGF IMPULS TAG RELAXRESORT KOTHMÜHLE NEUHOFEN A.D. YBBS FR. 2. DEZ 2022

IMPULS-TAG, 2. DEZEMBER 2022

09:30 Uhr > Welcome

Start in den Impulstag

- + BEGRÜSSUNG durch Johannes Scheiblauber, GF des RelaxResort Kothmühle
- + IMPULS-VORTRAG von Gerda Ruppi-Lang, BGM-Expertin zum Thema „BGM rechnet sich“
- + BEGRÜSSUNG durch Thomas Humer, Initiator von VNF zum Thema „VNF und BGF“
- + BEWEGTES WORLD CAFE (Networking & Erfahrungsaustausch) in Kombination mit Bewegungsimpulsen unter den vier Aspekten des VNF Gesundheits-Kompasses:
 - + **Bewegung** mit Ina Menne (Prävention & Fitness)
 - + **Entspannung** mit Karl Edy (Neurotunes)
 - + **Ernährung** mit Margit Fensl (Ernährungsberaterin „Jungbrunneneffekt“)
 - + **Mentale Stärke** mit Andrea Rastl



Gesunde VITAL NATUR FITNESS Snacks und bewegende Pauseneinheiten

Podiumsdiskussion geleitet durch Andreas Heralic (SPORTS.Selection / Firmenchallenge Österreich) und Thomas Humer (OCT/VNF)

15:00 Uhr > Ende des Impulstages

Unkostenbeitrag 17,00 Euro (exkl. MwSt., inkl. Pausengetränke, gesunde Snacks)

Davon werden 7,00 Euro einem Nachhaltigkeitsprojekt in einer NATURwellness Region gespendet.

ERWEITERUNGS-OPTIONEN

FREITAG 2. DEZEMBER, 19.00 UHR, VORTRAG WOLFGANG FASCHING

IMPULS-VORTRAG VON EXTREMSPORTLER WOLFGANG FASCHING zum Thema »MENTALE STÄRKE«
Abendticket **27,00 Euro** (inkl. MwSt.) **Der Vortrag ist für alle Teilnehmer am VNF DAY am 3. Dezember kostenlos!**

SAMSTAG 3. DEZEMBER, 10-15.30 UHR, VNF DAY WOMAN/MAN Tagesticket **77,00 Euro** (inkl. MwSt.)

Top-Instruktoren begleiten Sie durch einen Vital Natur Fitness Tag voller Tipps und Erlebnisse in den Bereichen Bewegung, Entspannung, Ernährung und Mentaler Stärke. Für jedes Fitnesslevel geeignet.

Alle Infos dazu unter www.vital-natur-fitness.com – buchbar unter team@vital-natur-fitness.com

VNF-WOCHENEND-PAKETE RelaxResort Kothmühle

Verlängern Sie Ihr Wochenende, genießen Sie Wellnessbereich und Relaxgarten im 4-Sterne-Superior-RelaxResort Kothmühle. Buchen Sie Ihr Zimmer zum Spezial-Preis mit dem Buchungs-Code „VNF“ unter www.kothmuehle.at



ANMELDUNG ZUM VNF BGF IMPULS TAG FREITAG 2. DEZEMBER 2022



Hinweis: Aufgrund der limitierten Teilnehmerzahl ist Ihre Anmeldung erst gültig, wenn Sie von VNF ein Bestätigungsmail erhalten!

ICH MELDE MICH AN FÜR...

☐ BGF-Impulstag am Fr. 2. 12., 9.30 Uhr bis 15 Uhr

☐ Impulsvortrag „Wolfgang Fasching“ am Fr. 2. 12., um 19.00 Uhr ☐ mit Begleitung

☐ VNF-Day am Sa. 3.12. ☐ mit Begleitung (Zutreffendes ankreuzen)

VORNAME*

NACHNAME*

FUNKTION*

MOBIL-NUMMER*

UNTERNEHMEN*

UNTERNEHMENSGRÖSSE/MITARBEITER:INNEN*

STRASSE/ZUSATZ*

PLZ*

ORT*

DATUM DER ANMELDUNG*

*Pflichtfelder

Wir haben im Bereich Betriebliche Gesundheits-Förderung (BGF) und Betriebliches Gesundheits-Management (BGM) in unserem Unternehmen bereits folgende Maßnahmen umgesetzt:

Ich interessiere mich im Rahmen von BGF für folgende Themen:

☐ Bewegung ☐ Entspannung ☐ Ernährung ☐ Mentale Stärke (Zutreffendes ankreuzen)



VNF DAY



FIRMEN-AKTION
5 Plätze - 4 zahlen!
15 Plätze - 11 zahlen!
20 Plätze - 15 zahlen!



VNF DAY WOMAN/MAN RELAXRESORT KOTHMÜHLE NEUHOFEN A.D. YBBS | SA. 3. DEZ 2022

**Gönnen Sie Ihren Mitarbeiter:innen einen Tag voller
Gesundheit, Spaß, Bewegung! Ein Tag im Sinne von
bewegter Gesundheitsförderung!**



Top-Instruktoren begleiten durch einen Vital Natur Fitness Tag
voller Tipps und Erlebnisse in den Bereichen

- > **Bewegung**
- > **Entspannung**
- > **Ernährung**
- > **Mentale Stärke**

Für jedes Fitnesslevel geeignet.

Sa. 3. 12. 22 | VON 10:00 bis 15:30 UHR | 77,00 Euro

Infos & Anmeldung Firmen-Abo:
team@vital-natur-fitness.com
+43 664 301 2007