

Antwortkarte

GHPicknick

Wir freuen uns über ihre verbindliche Zusage bis zum 25. August 2017.
Rücksendung Ihrer Zusage bitte per E-Mail, übers Internet oder senden Sie uns ein Fax:

Grüter · Hamich & Partner
Steuerberater
Beethovenstraße 21 · 47226 Duisburg
Telefon 02065 9088 0
Telefax 02065 9088 50
E-Mail info@g-h-p.de

Ich komme gerne mit
... Erwachsenen und
... Kindern.

.....
Name, Vorname

.....
Firma/Institution

.....
Anschrift



© sabine huerdler/fotolia.de

3. September 2017 von 11 bis 17 Uhr

Sportwelt des OSC-Rheinhausen
Duisburg

GHPicknick

3. September 2017 ab 11 Uhr

Wer fit ist, leistet mehr - Gesundheitsmanagement im Alltag

Haben Sie auch manchmal das Gefühl, dass alle um Sie herum zur gleichen Zeit etwas von Ihnen wollen? Hetzen Sie von Termin zu Termin und kommen nicht zur Ruhe? Auf Dauer macht Stress krank. Nicht nur körperliche Fitness durch richtiges Training, sondern auch die richtige Ernährung spielen eine entscheidende Rolle. Gesunde Ernährung beeinflusst unsere körperliche und geistige Fitness. Wer sich gesund ernährt, der ist stärker, belastbarer und fitter. Und wer körperlich und geistig fit ist, leistet mehr und begegnet dem Stress mit positiven Impulsen.

Zu unserem GHPicknick am Sonntag, den 3. September laden wir Sie und Ihre Familie ab 11 Uhr ganz herzlich unter dem Motto „Gesundheitsmanagement im Alltag“ in die Sportwelt des OSC-Rheinhausen in Duisburg ein.

GHPprogramm

- 11:00 bis 17:00 Uhr Den ganzen Tag über stehen Ihnen und Ihrer Familie verschiedene Attraktionen zur freien Verfügung.
- 14:00 Uhr Yogakurs - Teilnehmerzahl ist auf 30 begrenzt
- 15:00 Uhr Kurs zur Stressbewältigung - Teilnehmerzahl ist auf 15 begrenzt

Für Ihr leibliches Wohl wird natürlich wie immer bestens gesorgt.

Veranstaltungsort

OSC Sportwelt Duisburg Rheinhausen
Gartenstraße 9
47226 Duisburg

www.sportwelt-rheinhausen.de

GHPicknick

Gesundheitsmanagement im Alltag

Die Sportwelt OSC-Rheinhausen

Mit der Sportwelt ist der OSC als Sportverein einen riesigen Schritt in Richtung Zukunft gegangen. Hier wird die Tradition eines Sportvereins mit der Moderne eines innovativen Fitnessstudios vereint. High End Fitnessgeräte und ein ultimativer Functional Fitness Bereich stehen den Sportlern ebenso zur Verfügung wie großzügige Kursräume und ein neu entwickeltes Kurssystem.

Eingebettet in den Volkspark bietet die Sportwelt in Rheinhausen In- und Outdoor Trainingsmöglichkeiten. Dabei können Sie ein neues Lebensgefühl und die Faszination des Sports (wieder) entdecken.

Das Besondere in der OSC Sportwelt ist, dass neben dem Sport vor allem die soziale Komponente im Vordergrund steht: Der Austausch zwischen den Sportlern und Sportlerinnen. Im Vordergrund steht die Gemeinschaft, wenn man in einem Verein trainiert.

www.sportwelt-rheinhausen.de

Wir weisen darauf hin, dass wir keine Verantwortung für die Beaufsichtigung der Kinder übernehmen können. Die Aufsichtspflicht während der gesamten Veranstaltung GHPicknick liegt im Verantwortungsbereich der Erziehungsberechtigten.

Gemeinsam für Ihre Zukunft



GRÜTER · HAMICH & PARTNER®
Steuerberater