

Fit im Job

Von der Nordsee bis zum Allgäu

Gesundheitsurlaub für Arbeitnehmer zu fairen Preisen

Ein besonderes Programm zur Burn-out-Prävention und Rückengesundheit bietet **AKON**, Deutschlands führender Veranstalter von Präventionsreisen an. Seit Jahren werden Reisen zu den Themen Gesundheit und Wohlbefinden für verschiedene Gruppen organisiert. So werden individuelle Kurse speziell für Frauen, junge Erwachsene bis 35 Jahre, Berufstätige, zum Stressabbau, oder Alleinreisende und die Generation ab 50 Jahren angeboten. Mit dem neuen Programm **Fit for Work** richtet sich das Unternehmen aus Bad Mergentheim jetzt auch speziell an Arbeitnehmer.

fitforwork
PROGRAMM

„Gesundheit ist zwar nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts“ – diese wahren Worte sprach der Philosoph Arthur Schopenhauer. Wer würde dieser Aussage nicht zustimmen? In der Hektik des Alltags wird aber oft vergessen, dass unsere Gesundheit ein Geschenk ist. Ein Geschenk, welches gegut und gepflegt werden will. Wer sich und



seiner Gesundheit etwas Gutes tun möchte, für den bieten sich gesundheitsfördernde Präventionskurse, wie sie auch unsere Reha Marienberg anbietet, an. Wer einfach auch mal raus aus dem Alltag will und einen Tapetenwechsel braucht, für den können Präventionsreisen ideal sein. Die **fitforwell** Tage von **AKON** sind da ein guter Tipp. „Die Qualität stimmt. Erfahrene Trainer zeigen einem deutlich auf, was man in puncto eigener Gesundheit noch verbessern kann“, so **Jörg Zbick**, selbst Sportlehrer und Sporttherapeut. „Ich habe das Angebot zusammen mit meiner Frau über 4 Tage getestet und war begeistert. Die fachliche Betreuung war wirklich sehr gut. Service und Preis stimmen.“ Nicht zufällig ist der Veranstalter Kooperationspartner von über 80 gesetzlichen Krankenkassen.

Der gesundheitsfördernde Kurzurlaub eignet sich auch hervorragend zum Einstieg in ein aktives Leben. Wer die beliebten fitforwell Tage nutzen möchte, braucht weder einen Kurantrag noch ein ärztliches Attest. In komfortablen Wellnesshotels, in den schönsten Regionen Deutschlands, können Versicherte gesetzlicher Krankenkassen aber auch privat buchende Personen für einen außergewöhnlich günstigen Preis ein individuelles

AKON[®]
AKTIVKONZEPT

Aktivprogramm in den Bereichen Bewegung, Entspannung und Ernährung auswählen. Das vielfältige Kursangebot umfasst neben Ernährungskursen beispielsweise Nordic Walking, Rückenfit, Aquafitness, Wirbelsäulengymnastik, Yoga, Tai Chi, Autogenes Training, Qui Gong oder Progressive Muskelentspannung. So kann das Angenehme mit dem Nützlichen ideal verbunden werden. Auch eine Kinderbetreuung für Familien während der Kurszeiten ist möglich. So ist für jeden das Richtige dabei.

Die beliebten und abwechslungsreichen Angebote beinhalten in der Regel die 4-tägige Unterbringung in einem der komfortablen Wohlfühlhotels der AKON inkl. Halbpension und Teilnahme an den Kursangeboten. Und das Beste daran: Zahlreiche gesetzliche Krankenkassen, darunter BKK'en, IKK'en, Knappschaft, Ersatzkassen sowie verschiedene AOK'en bezuschussen die qualitätsgesicherten Kurse mit 150,00 Euro pro Person und mehr.

Bereits ab 69,00 Euro pro Person für drei Übernachtungen mit Halbpension und Kursteilnahme ist in einem der komfortablen Wohlfühlhotels möglich. Weitere Informationen unter www.akon.de.



Gewinnspiel

Foto: AKON

Zum Gewinnspiel:

Die Kurse von **AKON** richten sich an:
(Mehrfachnennung möglich)

- Familien mit Kindern Frauen mit Power Leistungssportler mit Siegeswillen

Vorname/Name

Straße/Haus-Nr.

PLZ/Ort

Telefon-Nr.

E-Mail-Adresse

Bitte ankreuzen, komplett ausfüllen, abtrennen und an der Zentrale ins Postfach der Verwaltung einwerfen. Oder senden an: Marien-Krankenhaus Bergisch Gladbach, Unternehmenskommunikation, Dr.-Robert-Koch-Str. 18, 51465 Bergisch Gladbach.

Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Gutschein

für Eigenbeteiligung

AKON[®]
AKTIVKONZEPT

99,00
Euro