

Training

Die Teilnehmer/innen trainieren 1-2x wöchentlich über 6 Monate in betreuten Lauf- und Walkinggruppen

Das große Highlight:

Teilnahme an einem regionalen Lafevent

START



NACHHALTIGKEIT

Dauerhafte Aktivität der Teilnehmer/innen!

Langfristige Steigerung

- der Gesundheit!
- der Leistungsfähigkeit!
- der Lebensqualität !

Schulung & Information

Infoveranstaltungen in den Themenfeldern Hypertonie, Sport, Ernährung, Lebensstil, etc.

Wissenschaftliche Begleitung

Medizinisches Kompetenzteam, Netzwerk aus Fachärzten und Experten, wissenschaftliche Studien

Öffentlichkeitskampagne und PR-Arbeit zur Sensibilisierung und Aufklärung

Begleitende PR-Aktionen und Veranstaltungen, Pressearbeit, Roadshow, Aktionen in Betrieben, Präsenz auf Kinderfesten, etc.