



## Kliniken Neutrauchburg Therapeutisches Bewegungszentrum

Anschrift: Schlosstr. 8 • 88316 Isny-Neutrauchburg  
 Telefon: +49 (0) 7562 71-1151    Telefax: +49 (0) 7562 71-1195  
 E-Mail: [info@therapeutisches-bwz.de](mailto:info@therapeutisches-bwz.de)  
 Internet: [www.therapeutisches-bwz.de](http://www.therapeutisches-bwz.de) • [www.wz-kliniken.de](http://www.wz-kliniken.de)

## Kliniken Neutrauchburg Therapeutisches Bewegungszentrum

### Maßgeschneidert für Ihr Unternehmen

■ Gerne erstellen wir Ihnen ein individuelles Seminar-  
 Programm für Führungskräfte und Mitarbeiter Ihres  
 Unternehmens mit Tagesangeboten bis hin zu mehr-  
 tägigen Workshops – ganz nach Ihren Wünschen.

Die Preise richten sich nach den ausgewählten Modulen  
 und der Anzahl der Übernachtungen. ■

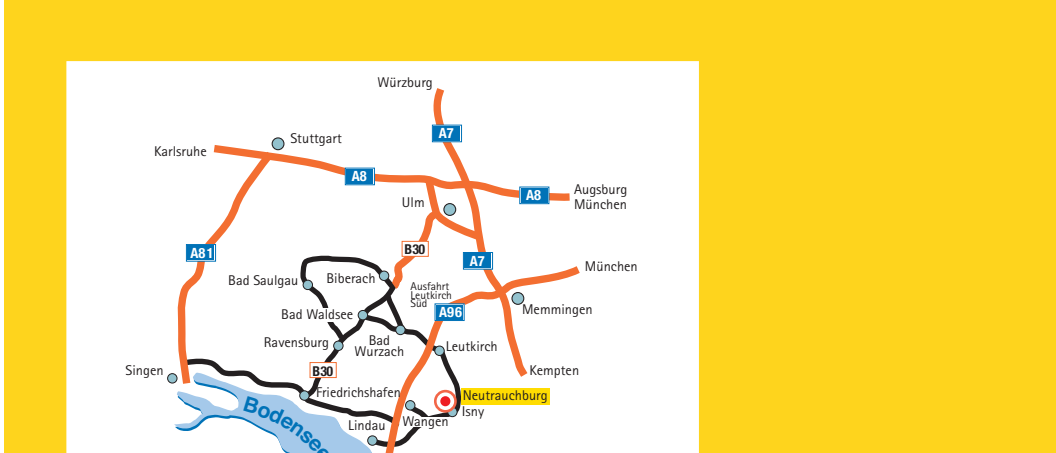
### Unterbringung

■ Bei mehrtägigen Gesundheitsseminaren für Unter-  
 nehmen empfehlen wir das Tagungshotel „Schloss  
 Neutrauchburg“ sowie die „Sonne Neutrauchburg“. ■

Erfahren Sie mehr unter [www.schloss-neutrauchburg.de](http://www.schloss-neutrauchburg.de)  
 und [www.sonne-neutrauchburg.de](http://www.sonne-neutrauchburg.de)

Ihr Kontakt für Fragen und Buchung

Therapeutisches Bewegungszentrum  
 Telefon: +49 (0) 7562 71-1151  
 E-Mail: [info@therapeutisches-bwz.de](mailto:info@therapeutisches-bwz.de)



**Gesundheitsseminar für Unternehmen**  
 „Fit for life and business“



## Herzlich willkommen

■ Das Therapeutische Bewegungszentrum in Isny-Neutrauchburg ist ein Zentrum für ganzheitliche Bewegungstherapie.

Mit persönlicher Zuwendung, individueller Information und der entsprechenden Motivation unterstützen Sie unsere Sport- und Bewegungstherapeuten dabei, Ihren Körper besser kennenzulernen, sich mehr zu vertrauen, belastbarer und leistungsfähiger zu werden und die Freude an der Bewegung zu behalten. ■

Aktiv durchs Leben – wir begleiten Sie.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihr  
Therapeutisches Bewegungszentrum

## Ziele unseres Gesundheitsseminars

■ Das Gesundheitsseminar „Fit for life and business“ zielt auf die Strategien zur Stärkung der eigenen Gesundheitskompetenz ab. ■

- Über einen gezielten Wechsel von Bewegung und Entspannung einen Gegenpol zum beruflichen Alltag schaffen
- Strategien für mehr Zufriedenheit am Arbeitsplatz und ein Mehr an Lebensqualität
- Schulung physischer und psychischer Ressourcen
- Vermittlung eines biopsychosozialen Gesundheitsverständnisses

■ Unser Team aus Diplomsportwissenschaftlern, Diplomsportlehrern und Sporttherapeuten sowie Diplompsychologen und Diätassistentinnen unterstützt und berät Sie kompetent und ganzheitlich. ■

## Module „Fit for life and business“

- **Seminareinstimmung** inkl. biopsychosoziales Gesundheitsverständnis
- **Internistischer Gesundheits-Check-up**
- **Bewegung**  
Herz-Kreislauf-Training  
Training des Stütz- und Bewegungsapparates  
Aquatrainning
- **Ernährungserlebnis**  
Gesundes Essen und Trinken in Theorie und Praxis
- **Stressbewältigung**  
Kurzentspannungsprogramme  
Entspannung durch Bewegung  
Entspannung durch Achtsamkeit  
Vortrag Stressmanagement
- **Seminarausklang**  
Lust auf Veränderung – aber wie?

Die einzelnen Module können beliebig kombiniert und nach Bedarf an die Teilnehmer angepasst werden.