

# Anmeldeformular für **Aktiv.Gemeinsam.Gesund.**

Bitte per Email an [ifp@kliilu.de](mailto:ifp@kliilu.de) oder per Fax an 503-4644 senden.



Wirtschaftsbetrieb  
Ludwigshafen (WBL)  
Eigenbetrieb der Stadt  
Ludwigshafen am Rhein



Meine Energiequelle.



Wir leben Medizin.

Montag, 12.09.2016	Dienstag, 13.09.2016	Mittwoch, 14.09.2016	Donnerstag, 15.09.2016	Freitag, 16.09.2016
<input type="checkbox"/> HIT-Training 07:30 – 08:30 Uhr	<input type="checkbox"/> ICAROS à 15 min* 09:00 – 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/> ICAROS à 15 min* 09:00 – 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/> ICAROS à 15 min* 09:00 – 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/> ICAROS à 15 min* 09:00 – 17:00 Uhr
<input type="checkbox"/> ICAROS à 15 min* 09:00 – 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Massage à 30 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Massage à 30 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Massage à 30 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Massage à 30 min* 09:00 – 14:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Massage à 30 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Shiatsu-Wellness à 20 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Shiatsu-Wellness à 20 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Shiatsu-Wellness à 20 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Shiatsu-Wellness à 20 min* 09:00 – 14:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Shiatsu-Wellness à 20 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Yoga und Meditation 09:00 – 10:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 09:00 – 11:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Yoga und Meditation 09:00 – 10:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Yoga und Meditation 09:00 – 10:30 Uhr
<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 09:00 – 11:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Stressbelastungsanalyse à 15 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Yoga und Meditation 09:00 – 10:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Herzgesundheit 09:00 – 11:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Pilates meets Faszie 09:00 – 10:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Yoga und Meditation 09:00 – 10:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Stoffwechselanalyse à 15 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Five for Business à 10 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Bewältigungsstrategien 09:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Wege der Achtsamkeit 09:00 – 10:30 Uhr
<input type="checkbox"/> Rückenparcours à 60 min* 09:00 – 17:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Five for Business à 10 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> SpineCheckMouse à 20 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Aroha® 10:00 – 10:45 Uhr	<input type="checkbox"/> bodyART 10:00 – 10:45 Uhr
<input type="checkbox"/> FitCheck à 15 min* 09:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Pilates 09:30 – 10:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Fett im Blut - na und? à 15 min* 09:00 – 10:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Schulter-Nackentraining 11:00 – 11:45 Uhr	<input type="checkbox"/> Wohlfühlküche - Stress ade 10:00 – 11:45 Uhr
<input type="checkbox"/> Kickboxen 09:30 – 10:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Aroha® 10:00 – 10:45 Uhr	<input type="checkbox"/> Bewältigungsstrategien 09:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Fett im Blut - na und? à 15 min* 11:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Fit im Büro 10:15 – 10:45 Uhr
<input type="checkbox"/> Ernährung im Gleichgewicht 10:00 – 11:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Schulter-Nackentraining 11:00 – 11:45 Uhr	<input type="checkbox"/> Entspannungstechniken 09:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Starker Rücken – Flacher Bauch 11:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Stress – Motivation – Selbsthilfe 11:00 – 11:45 Uhr
<input type="checkbox"/> Fit im Büro 10:15 – 10:45 Uhr	<input type="checkbox"/> Entspannung und Atemübung 11:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Loslassen und zur Ruhe kommen 10:15 – 11:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Funktionelles Training 11:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Raus aus dem Hamsterrad 11:00 – 13:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Pilates meets Faszie 11:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Fett im Blut - na und? à 15 min* 11:00 – 12:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Selbstmanagement 13:00 – 16:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Antara® 13:00 – 14:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Wohlfühlküche - Stress ade 13:00 – 14:45 Uhr
<input type="checkbox"/> Entspannung und Atemübung 12:00 – 13:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Faszientraining 12:30 – 13:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Kickboxen 13:00 – 14:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Entspannung und Atemübung 13:00 – 14:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 13:30 – 14:30 Uhr
<input type="checkbox"/> Nervennahrung pur 13:00 – 14:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Trockene Augen 13:00 – 14:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 14:00 – 15:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Schmerz lass nach – aber wie? 13:30 – 14:00 Uhr	<input type="checkbox"/> HIT-Training 16:00 – 17:00 Uhr
<input type="checkbox"/> Antara® 13:00 – 14:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 14:00 – 15:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Aquajogging 14:00 – 15:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 14:00 – 15:30 Uhr	<b>In der Folgewoche:</b>
<input type="checkbox"/> Faszientraining 13:30 – 14:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Trigger Point Selbstmassage 14:00 – 15:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Aquajogging 15:15 – 16:15 Uhr	<input type="checkbox"/> Faszientraining 14:30 – 15:30 Uhr	
<input type="checkbox"/> Andullationstherapie à 25 min* 14:00 – 15:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Ein gutes Gefühl im Bauch? 14:30 – 15:15 Uhr	<input type="checkbox"/> Wie Sorge ich gut für meine Haut? 15:00 – 15:45 Uhr	<input type="checkbox"/> Fünf-Minuten-Workout 15:30 – 16:00 Uhr	
<input type="checkbox"/> Starker Rücken – Flacher Bauch 14:30 – 15:30 Uhr	<input type="checkbox"/> bodyART 15:30 – 16:15 Uhr		<input type="checkbox"/> Trigger Point Selbstmassage 16:00 – 17:00 Uhr	<input type="checkbox"/> Schnupperklettern 16:30 – 19:00 Uhr
<input type="checkbox"/> „Killerkeime“ 14:45 – 15:30 Uhr	<input type="checkbox"/> Powertraining 17:30 – 18:30 Uhr			<b>Mittwoch, 21.09.2016</b>
<input type="checkbox"/> Trigger Point Selbstmassage 15:00 – 16:00 Uhr				<input type="checkbox"/> Schnupperklettern 16:30 – 19:00 Uhr

Name, Vorname

Email

Klinik/Abteilung

Telefon

Datum

Unterschrift Antragsteller(in)

Die Vergabe der Plätze erfolgt nach Ende des Anmeldezeitraums am **15. August 2016** mittels eines Losverfahrens. Sie werden schriftlich benachrichtigt, zu welcher Veranstaltung Sie einen Platz erhalten haben. Bei Veranstaltungen mit Zeitfenstern (s. Markierung: \*) bekommen Sie dieses genau mitgeteilt.

Bitte Unterschrift der/des Vorgesetzten, wenn Sie die Veranstaltung **während** Ihrer Arbeitszeit besuchen möchten:

Unterschrift Vorgesetzte(r)