

Gesundheitstag der Deutschen Bahn – DB Systel im Reha-Sport-Bildung e.V. im Fit-In Elxleben

Bereits das 3.Jahr in Folge durften wir für die Mitarbeiter der DB Systel einen Gesundheitstag bei uns im Haus veranstalten.

Neben gesundem Essen gab es ein abwechslungsreiches Programm an sportlichen Aktivitäten.

Rückenschule, Entspannung und Mobilitätsübungen, Badmintonturnier und Basketball standen ebenso zur Auswahl wie Spinning, Bowling, Pilates und Yoga. Auch im neuen Functional Fitnessbereich konnten sich die Teilnehmer ausprobieren. Das Feedback nach der Veranstaltung war durchweg positiv und es gab sogar per Mail direkt eine nette Rückmeldung:

„Liebes Fit-In Team,

Ihr habt euch übertroffen. Es war wirklich toll organisiert. Lieben Dank noch einmal.

Und euer Umbau: Daumen hoch 👍“

Wir freuen uns schon darauf, auch im nächsten Jahr wieder einen Gesundheitstag für die DB Systel Mitarbeiter organisieren zu dürfen.