

Betriebliches Gesundheitsmanagement

Koordination u. Reaktions-Check MFT

Koordination, Gleichgewicht, Reaktion (Sturzprophylaxe, Fitness, Gamifikation)

Inhalte

Messung und/oder Gamifikation
Auf beweglicher Sensor-Platte ist Gleichgewicht herzustellen, Statik und Dynamik der Teilnehmer werden elektronisch erfasst und in spielerischen Übungen werden Koordination und Reaktion gefordert.
(Auch für Kinder und Senioren geeignet)

Angebot

Einzelangebot/Check
min. 1 Teilnehmer pro Durchgang
max. 1 Teilnehmer pro Durchgang

Dozent

verschiedene
IFGL – Institut für Gesundheitsförderung und Leistungsentwicklung
M.A. Gesundheits- u. Sportwissenschaft
Einsatzgebiet: Bremen und im Umkreis von 100km

Organisation

Dauer: 5-20 Minuten

Benötigte Materialien:

- wird vom Dozenten gestellt: Equipment

Raumausstattung im Betrieb: Tisch, Stühle, Platz für das Gerät, Stromanschluss

Benötigte Raumgröße: ca. 15m²

nur als Ganztagesveranstaltung buchbar
(8 Stunden im Block inkl. Pausen)

