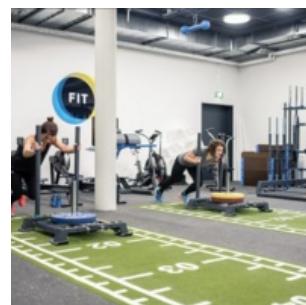


Referent

## Vortrag Longevity - Gesund länger leben

Impulse für mehr Energie, Fokus & Wohlbefinden im Arbeitsalltag.



### Programm-Idee

Ein wissenschaftlich fundierter Impuls vortrag mit alltagstauglichen Empfehlungen für ein langes, gesundes Leben - inklusive Strategien zur Vorbeugung verbreiteter Erkrankungen und zur Stärkung von Vitalität im Alter.

Paket-Nummer: 0529078

Region:	 Mehrere Orte
Teilnehmer:	 1 - 100 Teilnehmer
Verfügbarkeit:	 ganzjährig
Dauer:	 90 Minuten
Mögliche Sprachen:	 Deutsch, Englisch
Preis zzgl. MwSt:	 ab 350,00 € pauschal

**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Vortrag Longevity - Gesund länger leben

Impulse für mehr Energie, Fokus & Wohlbefinden im Arbeitsalltag.

### Beschreibung

In diesem Vortrag erfährst du was du brauchst, um gesund alt zu werden. Es werden wissenschaftliche Fakten dargestellt, sowie Tipps und Handlungsvorschläge für den Alltag gegeben, die das Risiko von Volkskrankheiten wie Diabetes, Herz- Kreislauf Erkrankungen, Krebs mindern und helfen fit und vital alt zu werden.

### Wichtige Hinweise

Teilnehmendenzahl für das Präsenzformat erfolgt nach Absprache. Dieses Angebot ist auch als digitales Format verfügbar - ideal für flexible Teilnehmendenzahlen und dezentrale Teams.

### Leistungen inkl.

- Vortrag durch anerkannten Gesundheitsexperten
- Handouts für nachhaltigen Nutzen  
Alle Teilnehmenden erhalten Handouts. Diese Materialien unterstützen Sie dabei, die vermittelten Inhalte zu vertiefen und dauerhaft in Ihren Alltag zu integrieren.

### Zusatzleistungen

- FIT in 30 Minuten - Functional Training für dein Team  
Ein kurzes, effektives Ganzkörpertraining, das Kraft, Stabilität, Ausdauer und Beweglichkeit vereint - ideal für Teams, die gemeinsam aktiv werden wollen. In nur 30 Min. wird der gesamte Körper funktional und nachhaltig gestärkt. Mitbringen: Sportbekleidung und ein Handtuch oder eine Fitnessmatte.  
**Preis: auf Anfrage**
- Yoga fürs Team: Gesund und entspannt  
Yoga stärkt Beweglichkeit und Muskulatur, fördert das Wohlbefinden und baut Stress ab. Mit gezielten Übungen, Meditation und Entspannung unterstützt es außerdem bei Beschwerden wie Rückenproblemen oder Migräne - ideal für mehr Energie und Ausgeglichenheit im Team.  
**Preis: auf Anfrage**
- BIA Körperanalyse  
Die InBody BIA-Analyse liefert präzise Daten zur Körperzusammensetzung, wie Körperfettanteil, Muskelmasse und Kalorienverbrauch. Sie bietet eine professionelle Auswertung und dokumentiert Trainingsfortschritte zuverlässig.  
**Preis: auf Anfrage**
- Genuss auf Wunsch - Catering buchbar  
Auf Wunsch bieten wir Ihnen ergänzend ein individuell abgestimmtes Catering an - vom leichten Lunch bis zum vollwertigen Menü. Die Verpflegung kann flexibel im Vortragssaal oder in unserem Restaurant Keilerei serviert werden - perfekt für eine genussvolle Pause im Tagesablauf.  
**Preis: auf Anfrage**

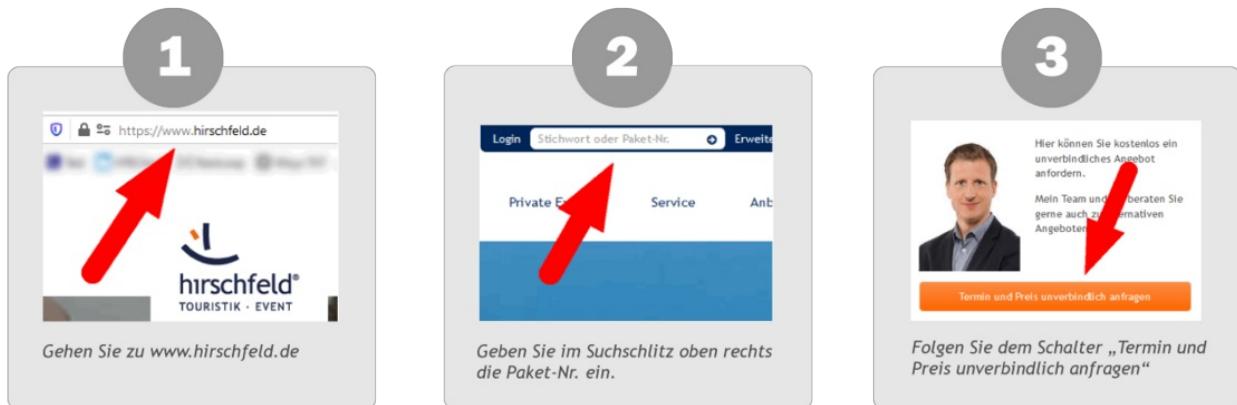
**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

## Vortrag Longevity - Gesund länger leben

Impulse für mehr Energie, Fokus & Wohlbefinden im Arbeitsalltag.

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

[www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de) - Paket-Nr. 0529078



**Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung:** Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.