

Partnerbezogenes Fitness- und Gesundheitsseminar

In der Zeit **vom 24.08. – 29.08.2020** findet im **Landhotel Geyer, Kipfenberg/Pfahldorf**, das alljährliche partnerbezogene Fitness- und Gesundheitsseminar der Deutschen Polizeigewerkschaft (**DPoIG**) statt.

Anreise: Montag, 24.08.2020 bis 12.00 Uhr
Abreise: Samstag, 29.08.2020 vormittags

Programmschwerpunkte:

- Theorie:**
- gesundheitsbewusste Ernährung und Lebensführung
 - Gesundheitsförderung
 - Stresserkennung und Stressbewältigung
- Praxis:**
- Wanderungen
 - Schwimmen
 - Radfahren
 - Entspannungstechniken
 - Rückenschule
- Leistungen:**
- Übernachtung im Doppelzimmer mit Halbpension, Wellness
 - Betreuung durch Polizeisportlehrer
 - erforderliche Fahrten im Rahmen des Seminars müssen mit Privat-Pkw erfolgen

Kosten: Pro Person - 350,00 €

Wichtige Hinweise:

- Das Seminar steht allen aktiven bayerischen Polizeibeschäftigten (**Tarif und Beamte**) mit ihren Lebenspartnern offen
- Dienstbefreiung kann nicht gewährt werden
- Die Teilnahme ist auf 15 Paare begrenzt (30 Personen)
- Infos zum Hotel: <http://www.landhotel-geyer.de/>
- Die Berücksichtigung erfolgt nach der Reihenfolge des Eingangs der schriftlichen Anmeldungen per E-Mail (Angabe der Namen und Geburtsdaten beider Personen, Dienststelle, Privatanschrift, telefonische Erreichbarkeit und private E-Mail) in der **DPoIG**-Landesgeschäftsstelle
- Teilnahme ist nur mit schriftlicher Zusage der Landesgeschäftsstelle möglich
- Seminarleitung: Michael Hinrichsen

DPoIG – deinetwegen!

