

AOK-MOVE

Dein Check. Dein Körper. **Dein Alltag.**

12. Juni 2026 | Bolzerei in der Überseestadt

Bewegung ist der Schlüssel zu einem gesünderen Alltag. Das weiß jeder. Dennoch fällt der erste Schritt so schwer. Das ändern wir.

AOK-MOVE – **Kein einmaliges Gesundheitsevent**, sondern Anfang der Veränderung.

Unser Programm

- > Ankommen
- > Check-In mit Körper Check-up (freiwillig)
- > Persönliche Einordnung der Werte
- > Erlebnisbereich inkl. weiterer Check-Ups
Themenwelten: Bewegung | Ernährung | Mentale Gesundheit
- > Wege zum gesunden Betrieb | Individuelle Beratung
- > Chill & Connect

Jetzt
kostenlos
anmelden



Mach den ersten Schritt: als Einzelteilnehmer oder als Unternehmen mit Gruppenanmeldung für dein Team.



Jetzt Anmelden:

www.aok.de/hb/anmeldung-move

Oder einfach QR-Code scannen

