



healthy
campus

TERMINNE

im Januar & Februar

Immer **dienstags**
11:30 im HC Office
am ZentralCampus
**Bewegte Pause für alle -
Komm vorbei
und mach
einfach mit !!**

19.12.

ANMELDESTART Kompaktkurse ab Januar

20.12. - 03.01.26

GEMEINSAM zum Holiday Programm des Unisports*

11.01.

GEMEINSAM konstruktiv kommunizieren

14.01.

SCIENCE CINEMA „the Outrun“

15.01.

TAG DER GUTEN VORSÄTZE im Unisport

Ernährungsworkshop „Planetary Health Diet“* | Back Check
Mobility Check | BIA* | Eisbaden* | Functional Fitness Schnupperkurse*
Finanzworkshop „Geld sparen - Klima schützen“*

15.01.

KOCHURS „Orientalische Inspiration“

24.01.

WORKSHOP „Achtsam prokrastinieren“

03.02.

GEMEINSAM gegen Burnout

05.02.

INFOTALK „Wechseljahre – was passiert hier eigentlich mit mir?“

SPRECHSTUNDEN

Ernährungsberatung
im HC Office

Rückensprechstunde
im FIZ

Mentaler Wegweiser
im HC Office – 12.01./19.01./26.01./02.02./09.02./16.02.

Mobility Check up
im HC Office: 08.01./15.01./22.01./29.01./05.02./12.02./19.02.



Buchung Sprechstunde



* **Achtung** –
bei diesen Angeboten
bitte kostenlos voranmelden