

gesund-bewegen



- nachhaltige Leistungsfähigkeit
- Gesundheit und Wohlbefinden
- pro-aktive Stressregulation

Schulung - Beratung - Bewegung

Risikofaktoren senken - Ressourcen stärken - Arbeits- und Lebensqualität erhöhen



gesund-bewegen

Richard Mikosch

+41 79 464 17 36

+41 43 205 28 06

info@gesund-bewegen.ch

www.gesund-bewegen.ch