

## Information zu den Ausstellern/Rednern

<p><b>Vorname, Name</b></p> <p><b>Hagen Hering</b></p>	
<p><b>Mitglied im BBGM seit:</b></p>	<p>15.09.2022</p>
<p><b>Woher komme ich?</b>        (beruflicher Werdegang;        stichpunktartig; kurzhalten)</p>	<p>Sportlehrer, seit 2008 Unternehmer, Betreiber Medical-Fitness-Studio, BGM-Service-Dienstleister in Mitteldeutschland, seit 2018 Analyse-Sportgeräteentwickler RÜCKENSTYLER, seit 2020 Geschäftsführer DEWBOARD GmbH</p>
<p><b>Wer bin ich?</b>        (aktuelle Tätigkeit)</p>	<p>Unternehmer, aktuell: Inhaber Medical-Fitness-Studio, BGM-Service-Dienstleister, Sportgeräteentwickler RÜCKENSTYLER, Geschäftsführer DEWBOARD GmbH</p>

<p><b>Vortragsthema</b></p>	<p>Stress und Rückenschmerzen die großen Konzentrationskiller!          Neue Ansätze im WorkGym-Programm!</p>
<p><b>Beweggründe für das Vortragsthema</b> (2-3 kurze Sätze)</p>	<p>Stress und Rückenschmerzen sind die größten Konzentrationskiller: weniger Stress und bessere Muskulatur wäre das Ziel! Über das 1- Minuten-Training am Arbeitsplatz kann mehr Konzentration, Entspannung, weniger Rückenprobleme und eine bessere Figur erreicht werden, alles nebenbei auf Arbeit. Im neuen WorkGym-Programm ist das mit wenig Aufwand effektiv möglich. Begleitet über Rückenstyler-Analysen und kleinen speziellen Trainingsboards werden physische und psychische Ziele leicht erreicht. <a href="http://www.workgym.de">www.workgym.de</a></p>