


Information zu den Ausstellern/Rednern

<p>Vorname, Name</p> <p>Hagen Hering</p>	
<p>Mitglied im BBGM seit:</p>	<p>15.09.2022</p>
<p>Woher komme ich? (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>Wer bin ich? (aktuelle Tätigkeit)</p>	<p>Unternehmer, aktuell: Inhaber Medical-Fitness-Studio, BGM-Service-Dienstleister, Sportgeräteentwickler RÜCKENSTYLER, Geschäftsführer DEWBOARD GmbH</p>

<p>Vortragsthema</p>	<p>Stress und Rückenschmerzen die großen Konzentrationskiller! Neue Ansätze im WorkGym-Programm!</p>
<p>Beweggründe für das Vortragsthema (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. www.workgym.de</p>