

## Gesundheitstage für unsere Auszubildenden!

An den Beruflichen Schulen Gelnhausen stand an zwei Tagen die Gesundheit unserer Berufsschülerinnen und Berufsschüler im Mittelpunkt – eine willkommene Abwechslung zum beruflichen Alltag!

Im Rahmen der Gesundheitstage konnten die Auszubildenden ein vielfältiges Angebot aus verschiedenen Modulen kennenlernen: Yoga für mehr Achtsamkeit und innere Balance, Core-Fit für einen starken Rücken und eine bessere Haltung, Faszien-Mobility-Stretch für mehr Flexibilität sowie Functional-Training für ganzheitliche Fitness und mehr Energie im Alltag.

Mit viel Energie, Offenheit und Neugier nutzten die Teilnehmenden die Angebote, um aktiv etwas für mehr Bewegung, Wohlbefinden und mentale Stärke im Arbeits- und Schulalltag zu tun – und zeigten sich größtenteils begeistert von den abwechslungsreichen Möglichkeiten.

Die beiden Gesundheitstage wurden in Kooperation mit dem **HESSENCAMPUS MAIN-KINZIG** und der **Bildungsakademie des Landessportbundes Hessen e.V.** durchgeführt. Vielen Dank an alle Beteiligten für die wertvolle Zusammenarbeit!

