



FPZ ONLINE PRÄVENTION. MULTIFIT.



In Kooperation mit

Salus BKK

Mit gutem Gefühl krankenversichert

WIR KÜMMERN UNS UM IHRE GESUNDHEIT. AUCH ONLINE.

Jürgen Hingsen ist Markenbotschafter von FPZ

Er verknüpft im Online Präventionskurs **FPZ MultiFit** die Bedeutung der Gesundheit mit seiner Leistungssportkarriere als Zehnkämpfer.

Sein Ziel: die Teilnehmer motivieren aktiv zu werden.

Passendes Programm.

Ein FPZ zertifizierter Coach nimmt gemeinsam mit Ihnen die Einstufung in den Einsteiger- oder Fortgeschrittenenkurs vor.

Doppelt hält besser.

Wissen plus Übung - mit dieser Kombination schaffen Sie es in 10 Wochen, Ihre körperliche Fitness zu optimieren, d.h. Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination.

Online macht flexibel.

Das onlinebasierte Coaching kann jederzeit und beliebig oft genutzt werden und ist mit Schritt-für-Schritt Anleitungen, Videos und Übungen intuitiv.



Die Kosten für den Kurs werden von der Salus BKK übernommen.



Persönliche Unterstützung durch Hotline, E-Mail und Forum.

<https://praevention.fpz.de>