

## Aktivitäten auf der Empore

10.00 Uhr: **Pilates für Anfänger**  
Gabriele Leithäuser-Heß, TV 1848 Coburg

10.30 Uhr: **„Gehirn Fit“**  
Martina Beck, TV 1848 Coburg

11.00 Uhr: **„Redondoball“**  
Martina Beck, TV 1848 Coburg

11.30 Uhr: **Pilates für Anfänger**  
Gabriele Leithäuser-Heß, TV 1848 Coburg

12.00 Uhr: **Yoga für Anfänger**  
Angela Köhn, TV 1848 Coburg

12.30 Uhr: **Pilates für Anfänger**  
Gabriele Leithäuser-Heß, TV 1848 Coburg

13.00 Uhr: **Rückenschule**  
Ann-Kristin Martin, ThermeNatur Bad Rodach

13.30 Uhr: **„Gehirn Fit“**  
Martina Beck, TV 1848 Coburg

14.00 Uhr: **Entspannung**  
Ann-Kristin Martin, ThermeNatur Bad Rodach

14.30 Uhr: **„Redondoball“**  
Martina Beck, TV 1848 Coburg

15.00 Uhr: **„work out mit brasils“**  
Martina Geerds, TV 1848 Coburg

15.30 Uhr: **Yoga für Anfänger**  
Angela Köhn, TV 1848 Coburg

16.00 Uhr: **„work out mit brasils“**  
Martina Geerds, TV 1848 Coburg

ganztägig: **Stacken** (Becherstapeln)  
mit der Coburger Stack-Power-Gruppe

## Vortragsplan

### Vorträge im kleinen Saal

1. Vortrag, 10.00 Uhr:  
**„Diabetes Mellitus und seine Folgen“**  
Dr. Sigrun Merger - Klinikum Coburg

2. Vortrag, 11.00 Uhr:  
**„Gesundheit ist kein Zufall - Soviel Bewegung und Training braucht der Mensch!“**  
Diplom-Sportlehrer Prävention/Rehabilitation Rainer Falch

3. Vortrag, 12.00 Uhr:  
**„Neue Trends in der Ernährung“**  
Ulrike Umlauf - AOK Ernährungsberaterin

4. Vortrag, 13.00 Uhr:  
**„Hören ist Kopfsache - Warum ein Hörgerät alleine oft nicht reicht“**  
Konstantin Schemberger, Hörakustik-Meister - Hörgeräte Geuter

5. Vortrag, 14.00 Uhr:  
**„Restless Legs“**  
Prof. Dr. Johannes W. Kraft, Chefarzt am Klinikum Coburg

6. Vortrag, 15.00 Uhr:  
**„Gesund mit Darm“**  
Prof. Dr. Axt Gadermann - Hochschule Coburg

7. Vortrag, 16.00 Uhr:  
**„Gesundes Sehen im Alltag“**  
Christine Fischer, Augenoptikermeisterin, ganzheitliche Sehtrainerin,  
Zusatzausbildung Kinderoptometrie - Optik Busch

### Vorträge im Konferenzraum 1+2

1. Vortrag, 10.15 Uhr:  
**„Wie uns Chiropraktik gesünder macht“**  
David Morton, M. Sc. Chiropraktik

2. Vortrag, 11.15 Uhr:  
**„Augenerkrankungen wie Makuladegeneration oder Glaukom mit Traditioneller Chinesischer Medizin behandeln“**  
Gerold Schulze, Heilpraktiker, Optometrist und Augenoptikermeister

3. Vortrag, 12.15 Uhr:  
**„Es steht dir ins Gesicht geschrieben - Das Gesicht, der Spiegel unseres Lebens“ mit praktischen Tests**  
Annekatriin Bütterich - Managerin für angewandte Gesundheitswissenschaften (B.Sc.)

4. Vortrag, 14.15 Uhr:  
**„Osteopathie - eine ganzheitliche Therapie“**  
Herr Schmalz, Heilpraktiker

5. Vortrag, 16.00 Uhr:  
**„Lebenselixier Wasser“**  
Andreas und Jutta Jonas, Trinkwasser Berater und Referenten der Wassertankstelle e.V.

## Gewinnspiel mit Stempelcoupon

Gewinnen Sie attraktive Preise für den Bereich Gesundheit, Wellness, Sport, Schönheit und Kommunikation. Informieren Sie sich bei den zahlreichen Ausstellern und sichern Sie sich einen Stempel /Unterschrift bei 10 Ausstellern Ihrer Wahl. Die Losbox finden Sie im Eingangsbereich. Viel Glück!!!


Name, Vorname
Straße
PLZ, Ort
Telefon

Ihre Daten werden ausschließlich für die Ziehung der Preise verwendet!