

SOMMER- CHALLENGE

Zeit für gesunde
Gewohnheiten

Wann?

01. – 31. Juli 2025

Einführungsvortrag:

30.06.25, 16:30–17:00 Uhr
(auch als Video verfügbar)



Zeit für gesunde Gewohnheiten

Starten Sie im Juli Ihre persönliche Challenge und entwickeln Sie gesunde Routinen in den Bereichen Bewegung, Ernährung, Achtsamkeit, Dankbarkeit und Selfcare. Wählen Sie Ihre individuellen Healthy Habits und lassen Sie sich durch kurze Lernimpulse mit Videos, Audios und Übungen begleiten.

Hier finden Sie weitere Informationen:
www.vividabkk.de/sommer-challenge
Noch Fragen? Dominik Busch freut sich
auf Ihren Anruf unter 04331 3500-61519



vividabkk

Ihre Krankenkasse