



Autohof Northeim | 14–20 Uhr



A7 Ausfahrt 69  
Northeim-Nord

# FIT ON TOUR

Mobile Gesundheitsförderung  
für Berufskraftfahrer/innen

**05./06.09.18**

**Aktionen & Infos zu:**

- Fit im Truck
- Wach am Steuer
- Ernährung unterwegs
- Gesundheits-Check

# FIT ON TOUR

Das **L|MC Logistik und MobilitätsCluster Göttingen** und die **Gesundheitsregion Göttingen/Süd-niedersachsen** veranstalten am 5. und 6. September 2018 „FIT ON TOUR“.

Nutzen Sie von 14 bis 20 Uhr unsere kostenlosen und unverbindlichen Angebote für Berufskraftfahrer und -fahrerinnen auf dem Gelände des Aral Autohofes Northeim an der A7.

Erfahren Sie mehr zum Thema Ergonomie im Fahrerhaus. Lernen Sie leichte Bewegungsübungen für die Pause sowie Entspannungsmethoden zur Stressreduzierung kennen. Sie erhalten Tipps für eine gesunde Ernährung unterwegs und können unter anderem Blutdruck, Blutzucker und Cholesterin messen lassen.

Folgende Mitglieder der Gesundheitsregion beteiligen sich:

