



*Ausreichend
Bewegung ist
der richtige Weg
in ein längeres
besseres Leben. Im
Schnuppermonat
März kann man für
sagenhafte 29 Euro
den ersten Schritt
dazu gehen.*

Die Männer müssen draußen bleiben

Gesundheitstag von Mrs. Sporty und BKK24 am 19. Februar

RÖMERBERG. Die Männer müssen draußen bleiben, aber sonst gibt es beim „Länger besser leben“-Tag in Römerberg alles, was Frau sich wünschen kann. Am Mittwoch, dem 19. Februar, laden BKK24 und Mrs. Sporty alle Mädels zwischen 15 und 19 Uhr in den Sportclub an der Schwegenheimer Straße 47 ein. Dort gibt es ein kostenloses Gesundheitsprogramm, das Vorfreude auf den nächsten Frühling macht. Zunächst einmal können die Damen dort schnell und einfach ihre Gesundheit auf die Probe stellen, mit dem Blutsauerstoff-Sättigungstest und der Bioimpedanzanalyse, die unter anderem exakte Auskunft über Körperfett, Körperwasser und fettfreie Masse gibt. Wer dann gern „Länger besser leben.“ will, dem gibt die Krankenkasse darüber hinaus die Chance zum Einstieg in Deutschlands größtes individuelles Vorsorgeprogramm

Der Hintergrund: Europas beste Wissenschaftler haben herausgefunden, warum manche Menschen seltener krank und deutlich älter werden. Daraus

hat die Cambridge Universität Regeln abgeleitet, die man leicht erlernen kann. Die entsprechende Anleitung gibt die BKK24 mit „Länger besser leben.“ Einstieg ist ein Fragebogen, der unabhängig von der Mitgliedschaft bei einer bestimmten Krankenkasse ausgewertet wird. Aus den Antworten erkennen die Experten, welche oft nur kleinen Korrekturen notwendig sind. Und der Clou: Sollte es individuelle Tipps zum Bewegungsverhalten geben, kann man diese im kommenden Monat gleich bei Mrs. Sporty umsetzen. Statt 123 Euro kosten die vier Wochen Training für den Frühling nur 44 Euro – und dazu spendiert die BKK24 weitere 15 Euro, wenn der „Länger besser leben“-Fragebogen ausgefüllt wird. Somit gibt es den „Schnuppermonat März“ für sagenhafte 29 Euro.

Übrigens: Wer es an diesem Tag nicht zu Mrs. Sporty schafft, der kann seinen persönlichen Fragebogen unter www.LBL-Stadt.de auch online ausfüllen oder bei der BKK24 anrufen: Telefon 07274-500570.