

Bis zu 500 Euro aus Ihrem AOK- Gesundheitsbudget

Bei uns ist mehr für Sie drin.
Setzen Sie Ihr **AOK-Gesundheitsbudget** für Mehrleistungen Ihrer Wahl ein:

- professionelle Zahnreinigung
- Osteopathie
- zum Beispiel nicht verschreibungspflichtige, apothekenpflichtige Arzneimittel der Homöopathie
- zusätzliche Leistungen in der Schwangerschaft
- Schutzimpfungen

Ihr AOK-Gesundheitspartner **Uwe Kappner** berät Sie gern unter **0800 2655-502754**.



Für weitere Infos einfach den QR-Code scannen.

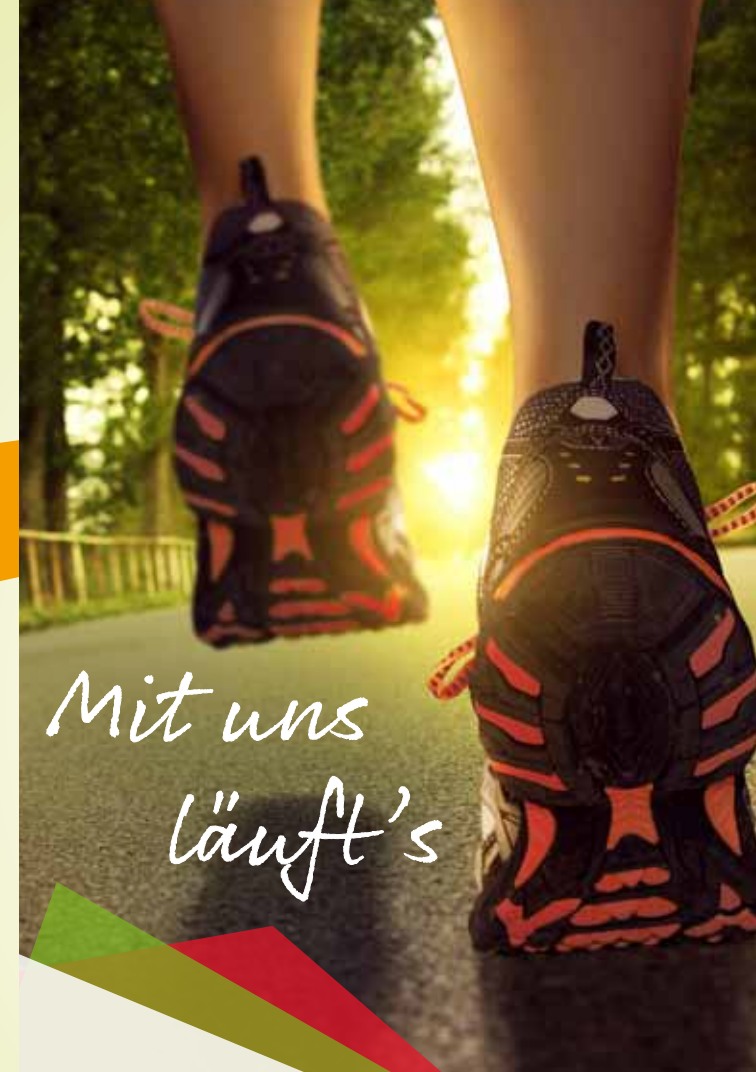
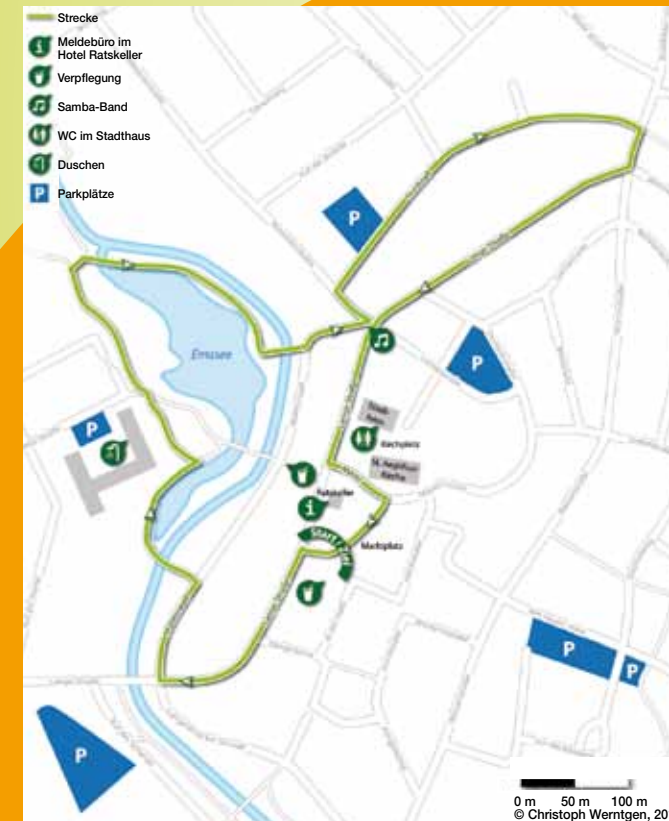


Wertstoffmanagement. Recycling.
MIT UNS SCHLIESSEN SIE KREISLÄUFE.

Siegerehrung:

- Die drei **teilnehmerstärksten Firmen** werden mit Preisen ausgezeichnet.
- Die Firma mit den meisten **weiblichen Teilnehmern** wird ausgezeichnet.
- Die **bestplatzierten Mannschaften** erhalten einen Pokal
 - das schnellste Männerteam
 - das schnellste Frauenteam
- **Alle Firmenteams** erhalten eine Urkunde mit der Platzierung und der Gesamtzeit.

Strecke und Parken



Mit uns
läuft's

IHR WIRTSCHAFTSPRÜFER / STEUERBERATER
IN GÜTERSLOH, HERZEBROCK-CLARHOLZ,
RHEDA-WIEDENBRÜCK UND HAMM

Tel.: 05242.93 11 2-0
kontakt@navigator-gruppe.de
www.navigator-gruppe.de



**AOK-Firmen-
LAUF**

AOK-Firmenlauf Wiedenbrück

Mittwoch, 14. Juni 2023

Start/Ziel: Marktplatz Wiedenbrück

Der AOK-Firmenlauf Wiedenbrück geht in diesem Jahr in die 11. Runde!

Ziel des Events ist es, den Laufsport und die Gesundheit zu fördern.

Deshalb freuen wir uns, wenn möglichst viele laufbegeisterte Teams mitmachen, wenn durch die Wiedenbrücker Altstadt, um den Emssee und über den Grüngürtel von Mühlen- und Nordwall gelaufen wird.

Seien Sie dabei – wir freuen uns auf Sie am 14. Juni!

Sportliche Grüße,

Robert Becker und die AOK NordWest



Siegerpokale 2022 für die schnellsten Frauen und Männer.

Zeitplan

Ab 19.00 Uhr erfolgen die Starts!

Los geht es mit den Startgruppen für 4-km-Lauf/Walking (2 Runden), anschließend folgt der 6-km-Firmenlauf (3 Runden).

Genauere Zeitangaben erfahren Sie mit der Meldebestätigung bzw. ab 15. Mai auf der Internetseite.

AOK-Firmenlauf Wiedenbrück.

Alternative Variante: „hybrid-virtuell“

Firmen, die teilnehmen möchten, ohne zur Präsenzveranstaltung zu kommen, können den Lauf in der Woche vor dem 14. Juni virtuell absolvieren. Ergebnismeldung bis 10. Juni online.

OWL-Firmenlaufmeisterschaft

Der Wiedenbrücker AOK-Firmenlauf ist seit 2016 die „Ostwestfalenmeisterschaft im Firmenlauf“. Ein weiterer Ansporn für alle Verwaltungen und Behörden: Wir bitten zum Vergleich aller Stadt- und Kreisverwaltungen in der Region. Holen Sie den „Pott“ für Ihre Stadt!

Anmeldung

Einzelanmeldungen über den Link auf www.firmenlauf-wiedenbrueck.de



Teilnahmegebühren:

AOK-Firmenlauf: 10,00 Euro p. P. bis 15.04.2023 / 13,00 Euro p. P. ab 16.04.2023

Schüler bis einschl. 17 J.: 3,00 Euro p. P. bis 15.04.2023 / 4,00 Euro p. P. ab 16.04.2023

Meldeschluss: 22. Mai 2023

Bis zum 15. April gelten die oben genannten günstigen Frühbuchertarife!

Die Startnummern erhält jede Firma / jeder einzeln angemeldete Teilnehmer wenige Tage vor dem Lauf auf dem Postweg.

Nachmeldungen

Nachmeldungen sind nur dann möglich, wenn noch Plätze frei sind.

3er Teamwertung

Jede Firma startet als ein großes Team. Um am Ende eine Firma als Sieger küren zu können, werden die Zeiten der drei besten Läuferinnen und Läufer eines Unternehmens addiert, dann erfolgt eine Addition der nächstbesten drei Zeiten usw.

Ansprechpartner/ Kapitän

Jede Firma kann einen Teamkapitän benennen, der für die



Koordination der Kolleginnen und Kollegen, wie z.B. die Anmeldung und die Abrechnung, zuständig ist.

Teilnehmerpaket

Jeder Teilnehmer, jede Teilnehmerin erhält eine Urkunde als Download-PDF mit der Platzierung und Einzelzeit sowie Zielverpflegung.

Azubi-Teams gesucht

Wir suchen das größte und das schnellste Azubi-Team. Bitte in der Anmeldung entsprechend „Azubi“ ankreuzen.



Ranocalcin®



Wirkt nachhaltig bei
Beschwerden im Bereich von
Rücken, Schultern und Nacken

Meine

Rückenstütze mit der 3-fach Wirkung

Die einzigartige Kombination aus
6 mineralischen Wirkstoffen für



flexible Faszien



starke Knochen



elastische Sehnen
und Bänder

Wirksamkeit und Verträglichkeit in Studie belegt¹

¹ Nichtinterventionelle Studie: Hucke S, Berg R, Thiem H, Schultz N, Wegener T. Verringerung von Beschwerden des Stütz- und Bewegungsapparats. Zkm 2017; (9)3:58–63

Ranocalcin®. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Schwächestände des Stütz- und Bindegewebes und der Knochen. Enthält Lactose. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. info@pflueger.de www.pflueger.de