



Online-Info-Abend
für alle Interessierte, Übungsleiter, Helfer, Vereinsvorstände

GESUNDHEIT, MÄNNER!

Neuer Termin!

Termin:	Dienstag, den 06. Oktober 2026
Zeitplan:	19.00 Uhr – ca. 20.00 Uhr
Ort:	online über Teams
Kosten:	kostenfrei
Verantwortlich:	HBTG, MHTG
Anmeldung:	über www.hbtg.de/termine

Gemeinsam mit unserem Gesundheitspartner der AOK Hochrhein-Bodensee bietet der Hegau-Bodensee-Turngau und der Markgräfler-Hochrhein-Turngau ein Webinar zum Thema **Gesundheit, Männer!** an.

Als Referent konnte Herr Dr. Fabian Krapf von der IFBG GmbH gewonnen werden. In diesem Webinar erfahren Sie, welche Faktoren unsere Gesundheit beeinflussen. Zudem erhalten Sie zahlreiche Tipps, wie Sie Ihr Gesundheitsverhalten in Bereichen wie Ernährung, Bewegung oder Vorsorge optimieren können.

Die Zugangsdaten für das Webinar werden zeitnah vor dem Termin an die Teilnehmer verschickt.

Online-Info-Abend

für alle Interessierte, Übungsleiter, Helfer, Vereinsvorstände



Gesundheit, Männer!

Das Webinar mit praktischen Tipps für Ihre Gesundheit

Wann ist ein Mann ein Mann? Mit dieser Frage beschäftigte sich der deutsche Sänger Herbert Grönemeyer bereits im Jahr 1984. Es gibt viele Eigenschaften, die einen „echten Mann“ ausmachen. Eine davon ist, dass sich viele Männer bereits dann als gesund beschreiben, wenn sie nicht krank sind. Doch so simpel ist es nicht immer. In diesem Webinar erfahren Sie, welche Faktoren unsere Gesundheit beeinflussen. Zudem erhalten Sie zahlreiche Tipps, wie Sie Ihr Gesundheitsverhalten in Bereichen wie Ernährung, Bewegung oder Vorsorge optimieren können, um sich im besten Fall Ihr persönliches Gesundheitssiegel zu erarbeiten!



★ Das Event

- Referent:** Dr. Fabian Krapf
Datum: 06.10.2026 ab 19:00 Uhr
Dauer: 60 Minuten
45 Min. interaktiver Vortrag +
15 Min. Fragerunde
Bonus: Checkliste/ Worksheet

🔍 Inhalte im Überblick

- Gesundheit im Geschlechtervergleich und Tipps für Männer.
- Der Kampf gegen den Schweinehund inklusive 5-Schritte-Plan.
- Interaktive Fragerunde mit unseren Themenexperten.

👤 Referentenbeschreibung

Dr. Fabian Krapf, Jahrgang 1981, ist Sport- und Gesundheitswissenschaftler und hat im Bereich der Gesundheitspsychologie promoviert. Zu Herrn Dr. Krapfs Schwerpunkten zählen die Themen Schlaf und Männergesundheit. Zudem ist er Leiter der deutschlandweiten Zukunftsstudie „#whatsnext – Gesund arbeiten in der digitalen Arbeitswelt“.

