

## Einladung

Sehr geehrte Frau Kollegin, sehr geehrter Herr Kollege,  
ich möchte Sie ganz herzlich einladen zu einer Fortbildungsveranstaltung, die das  
Thema „Altern“ aus einem sehr interessanten Blickwinkel beleuchten wird:

### **"Zeit und biologische Bedingungen der Gesundheit"**

Der Referent, **Herr Dr. rer.nat. Karl-Adolf Zech** aus Berlin, hat sich in seiner  
Abschlussarbeit zum Präventologen intensiv mit diesen Themen beschäftigt.

Chronische (Alters-)Krankheiten sind eine starke Belastung für die Betroffenen und  
die Gesellschaft. Herr Dr. Zech wird die Beeinflussbarkeit essentieller biologischer  
Gesundheitsressourcen im Lebensgang diskutieren.

Körperliche Aktivität ist als hochwirksames Breitband-Medikament und „Anti-Aging-  
Agens“ anerkannt. Inzwischen kommt Muskelaufbautraining, also Kraft- bzw.  
Widerstandstraining, verstärkt in den Blick der medizinischen Wissenschaft. Was  
kann es leisten für unsere Gesundheit und unser Altern?

In einem Kurzvortrag wird die Firma Reck außerdem das Trainingsgerät motomed  
vorstellen.

Termin: Mittwoch, 10. November 2010; 20:00 Uhr – ca. 21:45 Uhr

Bibliothek am Lanzgarten (Foyer – EG)

Meerfeldstr. 73, Mannheim-Lindenhof

Ich würde mich sehr freuen, Sie zu unserer Veranstaltung begrüßen zu dürfen.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Ulrike Hornung

Zur besseren Planung bitte ich um Antwort unter der Fax-No: 8425511 oder unter [info@casana.de](mailto:info@casana.de)

**Ich nehme mit \_\_\_\_\_ Personen an der Fortbildung am  
10.11.2010 teil**