

## Alles neu macht der Mai?

### Liebe Mitglieder,

... das wissen wir leider noch nicht. Vielleicht entwickelt sich die Inzidenz weiter nach unten und dann wird auch ein Fitnessstraining wieder möglich? Erschwerend kommt hinzu, dass die Bundesregierung die Fitnessclubs seit dem neuen Infektionsschutzgesetz ("Notbremse") nicht mehr zu den Sporteinrichtungen sondern bei den Freizeiteinrichtungen eingestuft hat und damit die Notwendigkeit des gesundheitsorientierten Fitnessstrainings für sie noch mehr an Bedeutung verloren hat...

Wir hatten Dir im letzten Newsletter den Expertentalk mit Professoren und Ärzten angekündigt. Die Organisatoren merkten im Vorfeld, dass dieser wichtige Austausch nicht in einer Stunde mal abgearbeitet ist. Er dauerte über 3 Stunden. Diese werden nun sinnvoll zusammengefasst und dann im Nachhinein veröffentlicht. Bitte entschuldige die Verwirrung.

Der nächste Vortrag für Dich steht jedoch schon an. Es geht darum, wie sich Homeoffice und Lockdown auf unsere Gesundheit auswirken und daher das Training anschließend angepasst werden muss. Deine INJOY Trainings- und Gesundheitsexperten bereiten sich bereits jetzt darauf vor, Dich in der Trainingsbetreuung zu abgestimmten Kombinationen aus Kraft- und Beweglichkeitsübungen zu begleiten.

**Freu Dich auf einen Vortrag des Physiotherapeuten und Trainingsexperten  
Wolf Harwath am Donnerstag, 06.05.2021 um 18 Uhr  
live auf unserer Facebook-Seite**

<https://www.facebook.com/INJOY.Dettingen>

oder für alle ohne Facebook mit Anmeldung unter folgendem Link:

[https://zoom.us/webinar/register/WN\\_M-t30NYoQwW1I5Va8WDqzg](https://zoom.us/webinar/register/WN_M-t30NYoQwW1I5Va8WDqzg)

Ansonsten melde Dich bei Fragen oder für Bestellungen gerne per Mail an [info@injoy-dettingen.de](mailto:info@injoy-dettingen.de) melden. Wir freuen uns über Deine Nachricht.

Liebe Grüße und hoffentlich bis bald

Monika & Thomas mit dem gesamten INJOY-Team

**PS: Bist Du schon Mitglied der Experten-Allianz für Gesundheit? Werde jetzt Mitglied:**

[https://www.expertenallianz-gesundheit.de/empfehlung/EXP\\$100026](https://www.expertenallianz-gesundheit.de/empfehlung/EXP$100026)

Unterstütze diese Arbeit - es geht um die zukünftige Anerkennung von Prävention und Gesundheit in unserer Gesellschaft!

