

Ganz Freiburg ist in Bewegung

4. Gesundheitstag „Freiburg Health Day“ am 21. September 2019

Freiburg. Der Samstag, 21. September 2019, ist mit dem »Freiburg Health Day« der Höhepunkt der Freiburger Gesundheitswoche. Gleich mehrere Standorte rund um den Mooswald stehen dabei ganz im Zeichen der Gesundheit. Die Gesundheitswoche bietet darüber hinaus tägliche Vorträge im neuen Ärztehaus in der Wirthstraße in Freiburg-Landwasser – parallel zur Themenausstellung „Gesund & Vital“ der Baden Messe.

Beim »Freiburg Health Day« am Samstag treffen von 9 bis 16 Uhr die Besucher am Diakoniekrankenhaus viele Prominente: Boxweltmeister Ünsal Arik stellt sein Buch über vegane Ernährung vor, die Speerwurf-Goldmedaillen-Gewinnerin Christina Obergföll stellt sich dem Duell mit Gästen im Mega-Darts-Wettbewerb und sorgt gemeinsam mit Nordic-Walking-Pionierin Anke Faller beim Warm-Up für die richtige Motivation vor dem Start zum Gesundheitslauf. Durch das Programm führen Sportmoderatoren-Legende Rolf „Rollo“ Fuhrmann sowie Influencerin und Model Daniela „Dany“ Michalski.

Kostenlose Anmeldung zum Gesundheitslauf und zum Vortragsprogramm mit kontrovers diskutierten Themen wie „Cannabis in der Medizin“ online (www.freiburg-health-day.de) oder telefonisch unter 0761 151864-05.

Auch in der 4. Auflage des Gesundheitstages auf dem Gelände des Diakoniekrankenhauses und beim **genussvollen Abschluss im Gesundheitsresort Freiburg** sind alle Gesundheitsbewussten eingeladen. Neben spannenden Vorträgen gibt es einen Gesundheitsmarkt und eine große Showbühne. Beim Gesundheitslauf im Mooswald gehen Ärztinnen und Ärzte wie auch die Stadt Freiburg mit dem Schirmherrn, Erster Bürgermeister **Ulrich von Kirchbach**, dem Inklusionsbeauftragten und ihrem Team mit gutem Beispiel voran und steigen in ihre Sportschuhe. Denn: „Sport und Bewegung stärken die seelische Stabilität“, so **Professor Dr. Christoph Bielitz**, Ärztlicher Direktor der psychiatrischen Fachklinik Sigma-Zentrum.

Der Gesundheits-Parcours ist für die ganze Familie – Untrainierte und Trainierte, Gesunde und von Krankheit Betroffene, Menschen mit und ohne Behinderung, Alt und Jung! „Beim Lauf des Freiburg Health Day spielen Bestzeiten keine Rolle, wohl aber das gemeinsame Erlebnis von Spaß und Bewegung“, so Initiator **PD Dr. Christian Weißenberger**, Leiter des Zentrums für Strahlentherapie und ergänzt: „Gesundheit macht Spaß. Mach mit!“

Und mit etwas Glück können Besucher bei der Tombola-Verlosung wertvolle Preise gewinnen - der gesamte Erlös kommt dem Verein „Wir helfen Kindern e.V.“ zugute.

Weiterführende Informationen und Impressionen unter www.freiburg-health-day.de