



Finanzamt Nürnberg-Nord

Finanzamt Nürnberg-Nord, 90340 Nürnberg

Frau
Dorothee Franke
Thüringer Str. 6
90579 Langenzenn

Bitte Identifikationsnummer(n) und Aktenzeichen angeben: ☎0911 3998-0
Identifikationsnummer Unser Aktenzeichen Durchwahl: Bearbeiter(in): Zimmer Datum
PersR 258 Frau Weber 22.09.2016

Referenzschreiben „Smovey-Training“

Wir bedanken uns bei Frau Dorothee Franke für das in unserem Haus durchgeführte Smovey-Training.

Frau Franke hat den Beschäftigten das Training mit den Smovey Vibroswing Ringen im Rahmen eines Gesundheitstages im Jahr 2015 vorgestellt und die Neugier auf das außergewöhnliche Sportgerät geweckt.

Der darauf hin an 10 Terminen nach Arbeitsschluss durchgeführte Kurs hat bei den Teilnehmern so viel Anklang gefunden, dass sogar ein Fortführungskurs zustande gekommen ist. Weitere Kurse sind geplant.

Frau Franke hat die Übungen ausführlich erklärt und ist auch auf die Bedürfnisse und den Fitnessstand der Teilnehmer eingegangen, so dass sich niemand über- oder unterfordert fühlen musste. Zu fetziger Musik hat sie für jede Stunde ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt.

Sie hat außerdem die Wirkung der einzelnen Übungen erläutert:
Die Bewegung mit den Smovey-Ringen wirkt sich positiv auf die Mobilisation der Gelenke, die Steigerung der Balance, sowie kräftigend auf die Tiefenmuskulatur aus und fördert die Koordinationsfähigkeit und Konzentration.
Das Training bietet einen willkommenen Ausgleich bei einer überwiegend sitzenden Tätigkeit. Insbesondere, dass Frau Franke „ins Haus“ kommt und die Smovey-Ringe zur Verfügung stellt, lässt den „inneren Schweinehund leichter überwinden“.

Mit freundlichen Grüßen

Weber (Personalrat)

Dienstgebäude:

Kirchenweg 10, 90419 Nürnberg,
Haltestelle Friedrich-Ebert-Platz.

Finanzkasse:

Sandstr.20,90443 Nürnberg,
Haltestelle Opernhaus

Telefax

(0911)3998-296
BP: (0911)3998-567

Öffnungszeiten Servicezentrum

Montag bis Mittwoch v. 8 - 13 Uhr
Donnerstag von 8 - 17 Uhr
Freitag von 8 - 12 Uhr

Öffnungszeiten Finanzamt

Montag bis Freitag 8 - 12 Uhr

Kreditinstitute

Dt.Bundesbank
HypoVereinsbank

Internet

www.finanzamt.bayern.de/
nuernberg-nord

IBAN

DE2476000000076001503
DE72760200700000801151

E-Mail

poststelle.fa-n-n@finanzamt.bayern.de

BIC

MARKDEF1760
HYVEDEMM460