

## **Pressemeldung Juni 2013**

### **Im Zeichen der Gesundheit – interner Gesundheitstag bei Lingner Marketing**

Fürth, 13. Juni 2013: Anfang Juni lud Geschäftsführerin Sibylle Lingner alle Mitarbeiter zu einem Gesundheitstag in den eigenen Agentur-Räumen ein. Mit einem vitalisierenden Frühstück startete das Lingner-Team – ganz dem Dresscode entsprechend, „sportlich und bequem“ – in einen gesunden Tag. Beim anschließenden Gesundheitscheck mit Blutdruckmessung gewann jeder Einzelne Einblick in seine persönliche körperliche Fitness.

Welche präventiven Maßnahmen bereits vor einer Erkrankung eingeleitet werden können, wurde von Referentin Dr. Sue Seifert (Preventive Care Center) anschaulich erläutert. Ihr hoch-interessanter Fachvortrag mit dem Thema „Im Kern gesund – Vorsorge mit Herz & gesundem Menschenverstand“ stieß bei allen Teilnehmern auf großen Anklang und gab Anlass für rege Gespräche. Nicht zuletzt aber standen auch sportliche Aktivitäten auf dem umfangreichen Tagesprogramm: So kam beim temporeichen Zumba-Workshop mit Sunny Lacruz nicht nur deren kolumbianisches Temperament zum Ausbruch, sondern auch der eine oder andere ziemlich ins Schwitzen. Etwas ruhiger, aber nicht weniger anstrengend, ging es parallel in der Rückenschule zu. Hier demonstrierte ein Trainer aus dem Gesundheitszentrum Erlenstegen u.a. auch einige Übungen, die speziell am Arbeitsplatz gegen Muskelverspannungen hilfreich sein können.

Zur Entspannungsphase fand sich das gesamte Lingner-Team schließlich zum gemeinsamen Yoga ein. Unter der Anleitung von Yoga-Lehrerin Petra Majchrzak (4activity Nbg.) wurde sich gestreckt und gedehnt und auch der ein oder andere Muskel noch einmal kräftig angespannt.

Bei einem leichten Mittagessen klang der Lingner-Gesundheitstag in geselliger Runde aus – mit der einstimmigen Meinung, dass Fortsetzung folgen wird!

### **Über Lingner Marketing**

Lingner Marketing ist eine unabhängige, inhabergeführte Full-Service-Agentur und zählt mit derzeit 55 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zu den führenden Agenturen in Bayern. Seit 2012 ist Lingner Marketing im Ranking der 50 größten, inhabergeführten Werbeagenturen der Fachzeitschrift W&V



**Pressemeldung 13. Juni 2013**

Kontakt: Lingner Marketing GmbH • Ulrike Puka, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit • Kaiserstr. 168-170 • 90763 Fürth  
Tel.: 0911-350 188 13 • Fax: 0911-350 188 88 • E-Mail: [ulrike.puka@lingner.de](mailto:ulrike.puka@lingner.de) • [www.lingner.de](http://www.lingner.de)

vertreten. Seit September 2010 ist das expandierende Unternehmen auch mit einer Dependence in München präsent. Die Agentur zeichnet sich durch einen ausgewogenen Mix konzeptionell agierender Strategen, kompetenter Online-Experten und ideenreicher Kreativen aus und erarbeitet integrierte, medienübergreifende Kampagnen für internationale Konzerne sowie große mittelständische Unternehmen. [www.lingner.de](http://www.lingner.de)

Weitere Informationen zu Lingner Marketing finden Interessierte bei:

**Facebook:** [www.facebook.com/LingnerMarketing](http://www.facebook.com/LingnerMarketing)

**Twitter:** [www.twitter.com/LingnerGmbH](http://www.twitter.com/LingnerGmbH)

**Xing:** [www.xing.com/companies/lingnermarketinggmbh](http://www.xing.com/companies/lingnermarketinggmbh)

Filmische Einblicke in das Agenturleben bietet der Lingner-Trailer auf

**Youtube:** [www.youtube.com/user/MarketingLingner](http://www.youtube.com/user/MarketingLingner)

