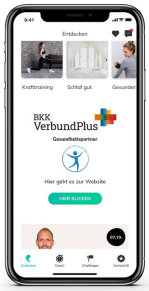
NEWS



Humanoo - Ihre Gesundheitsapp

Eine App, die Workouts, Übungen und Inhalte zu den Themen Bewegung, Achtsamkeit, Ernährung und Yoga beinhaltet. Damit bringen Sie beispielsweise mehr Bewegung ins Homeoffice, können am Abend besser abschalten oder Ihre Ernährung besser auf Ihren Alltag abstimmen. Legen Sie Ihre persönlichen Gesundheitsziele fest und wir helfen Ihnen, diese zu erreichen.

Sie können sich als Hochschul-Mitarbeitende kostenlos die App herunterladen und eine ID anfordern, die Ihnen Zugriff auf alle Inhalte ermöglicht. Weitere Infos sowie den Link zur Anmeldung finden Sie hier.