

**Etappen**

**0 % abgeschlossen**

Sie haben 0 von 8 Etappen abgeschlossen

0 von 4 Abgeschlossen

**1**  
Etappe

**Etappe 1**  
**Bewegung liegt uns in den Genen**

Sie erfahren, warum Bewegung so wichtig ist, werden gemeinsam mit Ivonne aktiv und stärken Ihre Motivation.

**STARTEN**

**Etappen** Fokus Aktivität Video + Austausch