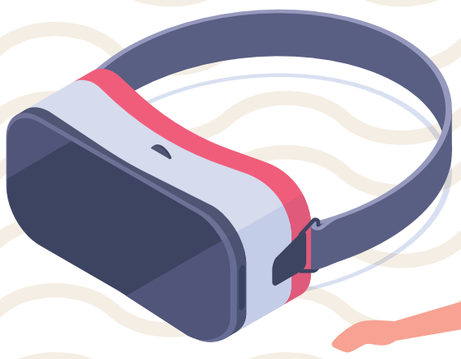
LMU LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN

Do 22.10.26

LMU GESUNDHEITS TAG 2026

für Studierende





iStock © Blueastro, sabelskaya, Tenny Teng

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich – komm einfach vorbei, informiere dich und entdecke praktische Tipps und Angebote für deine Gesundheit im Studium. Wir freuen uns auf dich!

Dein Gesundheitsmanagement
Stabsstelle Sicherheit, Gesundheit und Nachhaltigkeit

Gönn dir eine Pause vom Studienalltag und tu etwas für deine Gesundheit!
Beim **Gesundheitstag** an den Standorten **Biozentrum** und **Biomedizinisches Centrum** (BMC) erwarten dich informative Vorträge, spannende Mitmachangebote und persönliche Beratung.

Spannende Vorträge

11 bis 12 Uhr

- **Krafttraining und Ernährung – Was macht Krafttraining so gesund für uns?** // **Biozentrum**, Großhaderner Str. 2, Kleiner Hörsaal B01.019

13:30 bis 14:30 Uhr

- **Mini-Pausen, große Wirkung – die richtige Regeneration im Studienalltag** // **BMC**, Großhaderner Str. 9, Kleiner Hörsaal N02.040

Angebote im Foyer // 10 bis 16 Uhr

10 bis 16 Uhr

Biozentrum

- VR-Brille – Abtauchen, Entspannen, Spaß haben
- Agility-Board – Training für Agilität, Schnelligkeit, Koordination und Balance
- Informationen und Beratung zum Studierendencoaching, Studieren mit Beeinträchtigung und Studieren mit Kind
- Infostand Deutsche Angst-Hilfe e.V.

BMC

- VR-Brille – Abtauchen, Entspannen, Spaß haben
- InBody-Screening – Messung der Körperzusammensetzung
- Impfausweis-Check-up – einfach Impfausweis mitbringen
- Beratung zur psychischen Gesundheit sowie Hautschutz und Infektionsprävention
- Informationen zu Erste-Hilfe-Maßnahmen und Defibrillatoren
- Registrierungsaktion Knochenmarkspende

Mit freundlicher Unterstützung der SDK Stiftung des betriebsärztlichen Dienstes und der Zentralen Studienberatung der LMU