

Übersicht dezentrale BGF-Maßnahmen im Jahr 2015

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refektorie/ Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Direktorium, Rathaus						
Firmenfitness	Nein	1x/Woche, 2 Einheiten a 30 Min.	5TN	600 (Direktorium)/250 (Rathaus)	Nein	Veranstaltungen, Intranet, Flyer
Massageangebot (in Kooperation mit der Stadtkämmerei)	Nein	2-3 Termine/Monat	regelmäßige Nutzung	Direktorium/ Stadtkämmerei	Nein (Angebot muss von TN selbst bezahlt werden)	Intranet, Mail
Fahrradpumpstation	Nein	dauerhafte Einrichtung	regelmäßige Nutzung	öffentliches Angebot im Rathaus	Ja	Intranet
Dusche	Nein	dauerhafte Einrichtung	regelmäßige Nutzung	/	Ja	Intranet
Pilates	Nein	1x/Woche, 1 Einheit	5-10	öffentliches Angebot im Rathaus	Ja, öffentliches Angebot, das von TN selbst bezahlt werden muss	Intranet
Yoga	Nein	1x/Woche, 1 Einheit	5	öffentliches Angebot im Rathaus	Ja, öffentliches Angebot, das von TN selbst bezahlt werden muss	Intranet, Mail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1xWoche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl TeilnehmerInnen-rechtigter (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
E-Bikes	Nein	dauerhafte Einrichtung	regelmäßige Nutzung	öffentliches Angebot im Rathaus	Ja	Intranet
Direktorium, Statistisches Amt						
Massagestuhl	Nein	dauerhafte Einrichtung	regelmäßige Nutzung	50 (STA)	Nein	
Firmenfitness	Ja	1xWoche	15	50 (STA)	Nein	E-Mail
Direktorium, Vergabestelle 1						
Firmenfitness (pro Woche 1 Kurs a 20 Min.)	Ja	1xWoche	10	55 (VGSt)	Nein	
Sprossenwand	Nein	dauerhafte Einrichtung		50 (VGSt)	Nein	
Direktorium, STRAC						
Bürogymnastik						E-Mail, persönliche Anspreche
QiGong	Ja	1xWoche	6			
Dienstoffahrräder	Nein	dauerhafte Einrichtung	regelmäßige Nutzung	/	Ja	Intranet
Baureferat						
Wirbelsäulenkurs	Nein	1x pro Woche	10	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Therabandkurs	Nein	1x pro Woche	8	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Pilates	Nein	1x pro Woche	15	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Kraft und Beweglichkeit	Nein	1x pro Woche	12	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Yoga	Nein	1x pro Woche	15	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Jivamukti-Yoga	Nein	1x pro Woche	25	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
QiGong	Nein	10 Termine im Jahr	25	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Lauftreff	wurde vom Veranstalter nicht angeboten		0	1550	soweit es die Auslastung zulässt	
Karate-Do	Nein	3x pro Woche	7	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Capoeira	Nein	1x pro Woche	6	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Judo	Nein	1x pro Woche	10 – 15	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Tischtennis	Nein	1x pro Woche	14	750	Nein	Intranet + E-Mail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Indiaca	Nein	1x pro Woche	5	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Massage	Nein	1x pro Woche	14	1550	Nein	Intranet + E-Mail
Klangmassage	wurde vom Veranstalter nicht angeboten		0	750	Nein	
Zumba	Nein	1x pro Woche	10	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Boogie Woogie	Nein	1x pro Woche	8	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Einweisungen in die Fitnessgeräte	Nein	1x pro Woche	4	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Einzelcoaching zur Nutzung der Fitnessgeräte	Nein	1-2 x pro Woche	3	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Osteopathie	Nein	1x pro Woche	7	1550	Nein	Intranet + E-Mail
Faszientraining seit Juni 2015	Nein	1x pro Woche	6	750	soweit es die Auslastung zulässt	Intranet + E-Mail
Baureferat Tiefbau						
Kegelbahnen	Nein		40/Jahr	unbegrenzt; städt. Und nichtstädt. MA	Ja	persönliche Ansprache
Aktive Pause	Ja	2x 20 Minuten/Woche	14	112	Nein	E-Mail, Anschreiben

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Gesundheitstag „Bau auf Deinen Rücken“ mit Angebot der Ergonomieberatung durch FAS und B&D, Vortrag: „Warum es manchmal zwackt und zwickelt“; Vortrag: „Sorgen sitzen oft im Kreuz“; Lichtmessungen	Ja	01.12.15	75	115	Nein	E-Mail
Rückenkurse bei T21	Ja	1x wöchentlich		410	Nein	
Fitnessraum TBZ Schragenhofstraße	Nein			260	Nein	Personalversammlung, Email, Anschlag Schwarzes Brett
Massageangebot im TBZ Schragenhofstraße	Nein	persönliche Anmeldung nach Bedarf		230	Nein	Personalversammlung, Email, Anschlag Schwarzes Brett
Baureferat Gartenbau						
Veranstaltung eines Gesundheitstages für alle ehem. ArbeiterInnen	Ja (30.09.)	1 x pro Jahr	300	400	Nein	Einladungsschreiben, das über die MeisterInnen verteilt wurde
Baureferat Ingenieurbau						
Gesundes Frühstück für neue Dienstkräfte mit Unterweisung im Arbeitsschutz	Nein	3-4 mal/Jahr	10 – 15	neue Dienstkräfte HA Ingenieurbau	Nein	gezielte persönliche Einladung
Unterstützung des Ingenieurbauteams beim LHM Staffelführung	Nein	1 mal/Jahr		217	Nein	allgemeine Info

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Referate/Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch... (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Beschaffung von Dienstfahrrädern als Ressource zum Buchen	Nein	täglich möglich	217	217	Nein	allgemeine Ressource im Kalender, die gebucht werden kann
Einführung eines Arbeitsplatzhandbuchs mit dem Schwerpunkt Gesundheit	Nein		217	217	Nein	jede/r neue MA erhält den Arbeitsplatzordner persönlich durch JO ausgehändigt
Einführung eines Sportkonzepts für den Bauhof	Nein	täglich möglich	je nach Wunsch	217	Nein	Info über Personalrat
Einführung eines Massagangebots für den Bauhof	derzeit Evaluierung	1 mal/Woche	je nach Wunsch	217	Nein	Info über Personalrat
Kommunalreferat						
Rücken-Fit	Ja (pro Halbjahr 12 Kurseinheiten)	3x/Woche	29	997	Ja (MHM), Nein: Andere	Intranet, Mail
Herz-Kreislauf-Training	Ja (pro Halbjahr 12 Kurseinheiten)	1x/Woche	12	997	Ja (MHM), Nein: Andere	Intranet, Mail
Entspannungstechniken/MBP	Kurs kam nicht zustande					
Yoga	Ja (pro Halbjahr 12 Kurseinheiten)	3-4x/Woche	25	997	Ja (MHM), Nein: Andere	Intranet, Mail
Kreisverwaltungsreferat (KVR)						
Rückenschule	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	17	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer:innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Referate/ Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch... (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Prosling	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	12	19	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Thaiboxen	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	10	12	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Physio-Flow-Yoga	Ja	4x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 90 Minuten)	11	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Kettlebell	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	12	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Zumba	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	7	29	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Hot Iron	Ja	5x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	17	25	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
KVR-Ietics (High Intensity Training)	Ja	5x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 30 Minuten)	10	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Yoga/Meditation	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	5	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Step Aerobic	Ja	1x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	4	20	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Funktionelle Gymnastik	Ja	1x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 30 Minuten)	6	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refektorie/ Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Pump	Ja	1x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 60 Minuten)	7	20	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail
Aktiv-Pause (Stretch & Relax)	Ja	3x 10 Einheiten pro Jahr (1x/Woche à 20 Minuten)	9	unbegrenzt	Nein	Intranet, E-Mail
Osteopathie	Ja	je nach angebotenen Terminen seitens des Dienstleisters	56 gebuchte Termine	85 verfügbare Termine	Nein	Intranet, E-Mail
Massagen/ Lymphdrainage	Ja	je nach angebotenen Terminen seitens des Dienstleisters	57 gebuchte Termine	1452 verfügbare Termine	Nein	Intranet, E-Mail
Fußpflege	Ja	je nach angebotenen Terminen seitens des Dienstleisters	58 gebuchte Termine	246 verfügbare Termine	Nein	Intranet, E-Mail
Individuelle Gesundheitsberatungen	Ja	10 x 2 Stunden von Mai bis November (ca. 30 min./Person)	31	40	Nein	Intranet, E-Mail
Vorträge (Gesunder Lebensstil)	Ja	6x im Zeitraum Juni bis November	12	unbegrenzt	Ja, aber nur wenn noch Plätze frei	Intranet, E-Mail, direkte Kommunikation/ Organisation mit Außenstellen

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Dienst Sport für Feuerwehr Dienst						Als Hauptabteilung im KVR erfolgen die Infos analog der Informationen mit den Kanälen des BGM/KVR und durch Vorgesetzte und BÄD (z.B. Arbeitsmedizinische Untersuchungen G26.3). Es erfolgen in Fortbildungskursen (inhouse) Informationen zu den BGF Aktivitäten und Informationen zu BGM Hilfsmaßnahmen im eigenen Haus
Jede Teileinheit (diensthabende Wachabteilung, es gibt davon 31) pro Tag eine, an 10 Feuerwachen im Stadtgebiet	Nein	je nach Schichttage max. 2x/ Woche	je nach Wachstärke 3- ca. 25	je nach Wachstärke 14- 41	Nein	
Kammerspiele						
Massage	Nein	Insgesamt 8 Std./Wo	nicht erfasst	350	Nein	
Rücken-Fit	Nein	1 Kurs a 60 Min pro Woche	Durchschnittlich 7 TN / Termin	350	Ja – Kult Ref	Aushang, Rundmail, Probenplan, Erinnerung, Pforte, Persönliche Ansprache etc.
Yoga	Nein	3 Kurse a 60 Min pro Woche	Durchschnittlich 8 TN / Termin	350	Ja – Kult Ref	

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen-rechtigter (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Referate/Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Fitness Raum, Schauburg – TDJ	Nein	nach Einweisung jederzeit nutzbar	o.A.	40	Nein	
Kulturreferat						
Kritik und Dialog in Selbstverantwortung	Nein	ca. 2 – 3 * jährlich	20	1450	Nein / Ja für Kammerspiele	Intranet, Rundmail
Kritik und Dialog in Selbstverantwortung	Nein	für einzelne Abteilungen nach Bedarf	20	1450	Nein / Ja für Kammerspiele	Rundmail, persönliche Ansprache
Personal- und Organisationsreferat						
Fit durch den Herbst (Rathaus)	Ja	1 x/ Woche	14	150 (700 POR-weit)	Nein	E-Mail, Intranet, Mitarbeiterzeitung
Fit durch den Herbst (Kupa)	Ja	1 x/ Woche	14	300 (PORweit)	Nein	E-Mail, Intranet, Mitarbeiterzeitung
Referat für Arbeit und Wirtschaft						
Yoga	nein	1x/Woche 1-2 Einheiten	9	ca. 230	Ja (mit Revisionsamt)	E-Mail
Rückenschule/ Ausgleichsgymnastik	nein	1x/Woche 1-2 Einheiten	12	ca. 230	Ja (mit Revisionsamt)	E-Mail
Teilnahme an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“	ja	täglich im Festgelegten Zeitraum	42	ca. 230	Ja	E-Mail
Referat für Bildung und Sport						
Mittagsgymnastik	Nein	12x/Woche	2		Ja	Newsletter, DPR, Anhänge

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmende-rechtig (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch.. (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiter- zeitung, Intranet...
Fit und in Form	Ja	1x/Woche	7		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Bauch Intensiv	Ja	1x/Woche	7		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Bodyworkout	Nein	1x/Woche	14	ca. 1.250 Teil- nahme-davon 715 angemel- det, 568 mit Zulassung für den Gerätebe- reich	Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Ausdauer mit Zumba	Nein	1x/Woche	5		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Qi Gong (morgens)	Nein	1x/Woche	5		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Taekwon Do	Nein	1x/Woche	7,5		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Pilates	Nein	1x/Woche	6		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
HIIT	Nein	1x/Woche	4,3		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Body Workout2 abends	Nein	1x/Woche	4		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Body Fit1 morgens	Nein	1x/Woche	5,3		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Body Fit2 morgens	Nein	1x/Woche	5,3		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Pilates (abends)	Nein	1x/Woche	5,7	ca. 1.250 Teil- nahme-davon 715 angemel- det, 568 mit Zulassung für den Gerätebe- reich	Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Yoga	Nein	1x/Woche	8,5		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Nackten-Gymnastik	Nein	1x/Woche	5,8		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Fit für die Piste	Nein	1x/Woche	7		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Tischtennisturnier	Ja	Sommerferien	8		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...)
Gerätebereich	nein	1x/Woche	2,8		Nein	Newsletter, DPR, Aus- hänge
Referat für Gesundheit und Umwelt						
Bereitstellen von Infomate- rial zum Thema Gesund- heit, Sucht, Umgang mit Stress im BGM-Raum Bay	Nein	immer	unbekannt	ca. 420	Nein	Intranet, Rundmail
Qualifizierter Yogakurs mit Unkosten-beitrag (RGU- Kernbereich)	Nein	1x/Woche	ca. 7 pro Woche	ca. 580	Nein	Intranet, Rundmail
Qualifizierte Wellness- Massagen (RGU-Kernbe- reich)	Nein	an zwei Tagen der Wo- che möglich	ca. 10 pro Monat	ca. 580 (ohne RBS)	Ja, für RBS	Intranet, Rundmail
Mittags gymnastik Bayer- str. (Mo. - Do.) (RGU- Kernbereich)	Nein bis auf Weiteres	4x/ Woche	bisher nicht erfasst	ca. 450 bzw. ca. 580 (seit Dachauer Str. auch dabei)	RBS/ RGU	Intranet, Rundmail
„Grüne Pause“ Bayerstr. (Zurverfügungstellung von Außenstühlen für die Nut- zung des Innenhofs, auch für Sitzungen bei Hitze)	Nein	Nach Bedarf	Zahl nicht erfasst	ca. 420	Nein	Intranet, Rundmail
„Grüne Pause“ Dachauer Str. (Zurverfügungstellung 1 Doppel-Entspannungs- liegeim grünen Außenbe- reich)	Ja (Ende durch Umzug in die Schwanthaler Str.)	Nach Bedarf	Zahl nicht erfasst	ca. 130	Nein	Intranet, Rundmail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch... (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Zur Verfügungstellung kombinierter BGM-Bewegungs- und Ruheräume, ausgestattet mit Matten und Bällen (Bayerstr., Dachauer Str. / Schwanthaler Str.)	Nein	Nach Bedarf	Zahl nicht erfasst	ca. 580	Nein	Intranet, Rundmail
Tischfußball „Kicker“ (Bayerstr.)	Nein	Nach Bedarf	Zahl nicht erfasst	ca. 420	Nein	Rundmail
Referat für Stadtplanung und Bauordnung						
Fitnesskurs LaGym (Herr Kaiser)	Ja	1x/Woche	10	16	Ja	Nein
Zumba (Herr Monecke)	Nein	1x/Woche	8	15	Ja	Nein
Yoga (Frau Dr. Pintarits)	Nein	1x/Woche	7	12	Ja	Nein
Rücken-Aktiv-Kurs (Frau Kruse-Jäger)	Ja	1x/Woche	9	12	Nein	Nein
Stressabbau mit Kinesio- logie (Frau Moderer)	Ja	1x/Woche	4	10	Ja	Nein
Selbstverteidigung (Herr Fritzsche)	Nein	1x/Woche	5-8	20	Ja	Nein
Pilates (Frau Sertl)	Ja	2x/Woche	8	12	Nein	Nein
Revisionsamt						
Yoga	Nein	1x/Woche 60 Minuten	5	86	Ja	Intranet, E-Mail, Personalversammlung
Rückengymnastik (wird seit Anfang 2015 angeboten)	Nein	1x/Woche 20 Minuten	4	86	Ja	Intranet, E-Mail, Personalversammlung

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Sozialreferat						
Gesundheitskurs – Pilates	Ja	24 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	10	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Taiji	Ja	24 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – TRX	Ja	24 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	9	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Feidenkrais	Ja	24 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	11	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Zumba Anfänger	Ja	24 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	11	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Zumba Fortgeschrittene	Ja	32 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	10	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Yoga	Ja	48 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen, 2 Kurse parallel	14	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Qi-Gong	Ja	24 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	14	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Rückenschule	Ja	26 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Workout	Ja	26 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	9	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Rücken	Ja	56 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen, 2 Kurse parallel	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Pilates	Ja	18 Termine, 1x / Woche; 2 Kursreihen	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Yoga	Ja	28 Termine, 1x / Woche; 3 Kursreihen	11	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Qi-Gong	Ja	10 Termine, 1x / Woche; 1 Kursreihe	15	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch... (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Gesundheitskurs – Rücken	Ja	10 Termine, 1x / Wo- che; 1 Kursreihe	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Körper in Balance	Ja	26 Termine, 1x / Wo- che; 3 Kursreihen	10	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Qi-Gong	Ja	10 Termine, 1x / Wo- che; 1 Kursreihe	8	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Pilates	Ja	10 Termine, 1x / Wo- che; 1 Kursreihe	9	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Yoga	Ja	10 Termine, 1x / Wo- che; 1 Kursreihe	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Yoga	Ja	10 Termine, 1x / Wo- che; 1 Kursreihe	15	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Wirbel- säule	Ja	8 Termine, 1x / Woche; 1 Kursreihe	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Qi- Gong	Ja	8 Termine, 1x / Woche; 1 Kursreihe	11	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Gesundheitskurs – Yoga	Ja	28 Termine, 1x / Wo- che; 3 Kursreihen	12	ca. 4000	Nein	Intranet SozR, Plakate
Massage am Arbeitsplatz	Nein	1x alle 14 Tage	20	230	Nein	E-Mail vom BGM Be- auftragen im Haus RP
Fit in der Mittagspause	Ja	1	8	10	Nein	Persönliche Ansprache (GH)
Joga	Nein	1x wöchentl.	10	150	Nein	ja (SW)
Massage	Nein	1x monatlich	5	150	Nein	ja (SW)
Massagestuhl	Nein	täglich	5 pro Tag	150	Ja	ja (SW)
Ruheraum	Nein	täglich	3 pro Tag	150	Ja	ja (SW)
Laufgruppe	Nein	1x wöchentl.		150	Nein	ja (SW)
Ruheraum	Nein	täglich		166	Nein	Rundmail (BTR)
Yoga	Nein	1x wöchtl.	6	166	Nein	Rundmail (BTR)
Kicker	Nein	täglich		166	Nein	Rundmail (BTR)

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch... (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...)
Stretching in der Führungsrunde	10 min	1x wöchl.	10	10	Nein	persönl. Absprache (BTR)
Entspannungs- u. Dehnungsübungen im Anschluss von Teambesprechungen	10 min	1x wöchl.	je nach Team verschieden		Nein	persönl. Absprache (BTR)
Massageangebot	Nein	6x jährlich, je 20 oder 40 min.	ca. 15	140	Nein	E-Mail (SF)
Körper in Balance	Ja	2 Kurse je 1x8Std.	ca. 10	140	Ja	E-Mail/ Intranet (SF)
	zur freien Verfügung, Keine zeitl. Befristung					
Gesundheitsraum	Nein	nach Bedarf	unbekannt	140	Nein	E-Mail/ Hausversammlung (SF)
Massagen	Nein	1x wöchentlich	5	280	Nein	
Gesundheitstag „An- tistress“ mit Vorträgen, Workshops, Stresstest, In- formationen, Buffet	Ja	1 Tag	ca. 180	ca. 180 (SBH NM)	Nein	Plakate, Mail, Flyer, BGM-Infoboard (Koordination durch Gesundheitszirkel)
Japanische Morgengymnastik	Ja	1x/Woche	12	180	Nein	Plakate, Mail, Flyer, BGM-Infoboard (Koordination durch Gesundheitszirkel)
Qigong	Ja	1x/Woche	10	180	Nein	Plakate, Mail, Flyer, BGM-Infoboard (Koordination durch Gesundheitszirkel)
Escrima	Ja	1x/Woche	6	180	Nein	Plakate, Mail, Flyer, BGM-Infoboard (Koordination durch Gesundheitszirkel)

Bezeichnung des Sport-angebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe-derate/ Eigenbe-triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiter-zeitung, Intranet...
Rückenfit	Ja	1x/Woche	15	180	Nein	Plakate, Mail, Flyer, BGM-Infoboard (Koordination durch Gesundheitszirkel)
Handzonenmassage	Ja	1x/Monat	10	180	Nein	Plakate, Mail, Flyer, BGM-Infoboard (Koordination durch Gesundheitszirkel)
Workshop Gesundheit als Führungsaufgabe	Ja	1 Tag	16	16	Nein	Mail, persönliche An-sprache
Hausversammlung Ge-sundheit (Standort-bestimmung, Wünsche, Anregungen, Angebote)	Ja	2 Stunden	120	180	Nein	Mail, persönliche An-sprache
Ruheraum mit Massage-stuhl	Nein			180	Nein	Offizielle Einweisung, Mail
Kickerraum	Nein			180	Nein	Offizielle Einweisung, Mail
Tischtennisraum	Nein			180	Nein	Offizielle Einweisung, Mail
BGM-Newsletter	Nein	1x/Quartal	180	180	Nein	Offizielle Einweisung, Mail
Pausenraum	Nein		180	180	Nein	Offizielle Einweisung, Mail
Gesundheitszirkel	Nein	1x/Monat	12	180	Nein	Mail, persönliche An-sprache
Massage	Nein	2x/Monat	ca. 3	52	Ja	Persönlich, RundMail
QiGong	Ja	1x/Woche	10	10	Ja	Persönlich, RundMail
Gesundheitstag 04.11.14	Ja	28.04.15	ca. 100	1000	Nein	Persönlich, RundMail
Massageangebot	Jeweils 15 – 30 Minuten	Alle 2 Wochen	bis zu 10		Nein	Dienststelleninterne Info-Mail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refektorie/Eigenbetriebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch... (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...)
Massagesessel	Nein		für alle MA		Nein	Zentrale Beschaffung
Fitnessraum	Nein	Mo-Fr 6.00 bis 20.00 Uhr	420 Berechtigte	4000	Nein	Offizielle Einweisung,
Ruhe- und Entspannungsraum	Nein	Mo-Fr 6.00 bis 20.00 Uhr	rd. 50 Nutzungen täglich	4000	Nein	Offizielle Einweisung,
2. Gesundheitstag	Ja	01.10.2015 Motto „Jung sein-Jung bleiben-Ältern werden“	350	4000	Nein	Plakate, Flyer, Intranet
Aktionstage „Einfach besser SEHEN“	Ja	7 Veranstaltungen a' 4 Stunden	20	4000	Nein	Intranet
Kindertag am Buß- und Betttag	Ja	18.11.15	40	4000	Nein	Intranet
Hallensporttickets	Ja	Oktober 15 bis Juli 16	490	4000	Nein	Intranet
BGM-Soz-Vernetzungstreffen	Ja	Mai und Dezember 15	BGM-Kollegen der Ämter			E-Mail
Stadtkämmerei/ Kassen- und Steueramt						
Pilates	Nein	1x/Woche	7-10	nicht begrenzt	Ja	persönliche Ansprache; Intranet
Yoga	Nein	wenn, dann 1x/Woche	z.Zt. 0; meistens sind es ca. 3 Teilnehmer/innen; es findet aber dann nicht statt, da sich so wenige Teilnehmer/innen für die Yogalehrerin nicht lohnen	nicht begrenzt	Ja	Intranet; 2-3x jährlich per E-Mail an alle

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer*innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Massagen	Nein	1x/Monat Rathaus und 1x/Monat Kassen- und Steueramt	20-30	nicht begrenzt	Ja	Mindestens 1x jährlich E-Mail an alle durch die Personalvertretung; Öffentliche Seite der Personalvertretung der Stadtkämmerei im Intranet
Münchner Stadtentwässerung						
Massagen Klärwerk I + II	Nein	1x Monat	k.A.	300	Nein	Gesundheitszirkel
Fußballturnier	Ja	1x Jahr	80	900	Nein	Mitarbeiterzeitung, Aushänge, Mail
Darmkrebsprävention	Ja	1,5 Monate	183		Nein	Mail, Rundschreiben, Aushänge
Fitnessräume in Teilbereichen der MSE	Nein	laufend	k.A.	900	Nein	Mitarbeiterzeitung, Aushänge, Mail
Gesundheitspass	Ja	7 Termine	130	900	Nein	Mitarbeiterzeitung, Aushänge, Mail
Firmenlauf (b2run)	Nein	1x Jahr	40	900	Nein	Mitarbeiterzeitung, Aushänge, Mail
Rückenfit am Arbeitsplatz mit Ergonomieberatung im Bereich MSE-PDIKA am 13.03.15	Ja	1-malig	28		Nein	Info und erste Abfrage durch FK, danach persönliches Einladungsschreiben per E-Mail
Rückenschule Klärwerk I						Info und erste Abfrage durch FK, danach persönliches Einladungsschreiben per E-Mail
Maßnahmen zur Vermeidung von Sturzgefällen am 20.10.15	Ja	1 x Woche (10 x)	27		Nein	
BAD Juli – Dezember 2015	Ja	3 x Vortrag 5 x Beratungstermine	k.A.		Nein	E-Mail und Aushänge

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer:innen (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch: (z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
„Not just sad?“ Vortrag Münchner Bündnis gegen Depression am 19.06.15	Ja	1-malig				
Wasserbars	Nein	ständig			Ja	E-Mail
Hautscreening für Mitarbeiter des Kanalbetriebs	Ja	1-malig	90	200	Nein	E-Mail
Abfallwirtschaftsbetrieb						
Muskelfunktionsmessung	Nein	wird in Verbindung mit Rücken Fix vor und nach einem festen Kurs angeboten	insgesamt 37	1503	Nein	
Rückenfix	Ja (10 Einheiten)	5x/Woche	5,07	1503	Nein	
Rückensportan	Nein	7x/Woche	2,11		Nein	
Gesundheitscoaching	Nein	9x/Woche	insgesamt 297	994	Nein	
Yoga	Ja (10 Einheiten)	2x/Woche	6	1503	Nein	
Nordic-Walking / Laufen	Ja (10 Einheiten)	1x/Woche	3,2	1503	Nein	
Gesunde und richtige Ernährung	Ja	x	x	1503	Nein	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch:
Raucherentwöhnung	Ja	x	x	1503	Nein	Gesundheitstage, BEM-Gespräche, Flyer, Intranet,
Mental Power Balance	Ja	x	x	1503	Nein	Führungskräfte, Aushang und Infoblätter
Atem- und Lockerungsübungen	Ja	x	x	1503	Nein	
Rückenmassage	Nein	2x/Woche	10,4	1503	Nein	
Med. Fußpflege	Nein	alle 2 Monate	9,64	1503	Nein	

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche Anzahl TeilnehmerInnen	Anzahl Teilnehmerrechtlicher (gesamt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe- rate/ Eigenbe- triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiterzeitung, Intranet...
Richtiges Schieben, Ziehen und Heben von Lasten	Ja	6x/Jahr	10,43	neue Beschäftigte & Interessierte im Ein-sammelndienst + Wertstoffhöfe	Nein	
Gesundheitstage	Nein	1x/Jahr an insgesamt 3 Tagen	nicht bekannt	1503	Nein	
Sehtraining	Ja	x	x	1503	Nein	
Zumba	Ja	x	x	1503	Nein	
Markthallen						
Betriebsportprogramm der LHSt	ja	10 x pro Saison	10	111	ja	Intranet, E-Mail und Wiki-MHM
IT@M (in Kooperation mit den Stadtwerken München)						
Yoga	Ja	3 Kurse, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Rücken-Fit	Ja	8 Kurse, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Spinning	Ja	4 Kurse, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Pilates	Ja	2 Kurse, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Feldenkraus	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Qigong	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Funktionelles Training	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail

Bezeichnung des Sportangebots/ Gesundheitsprogramm	zeitlich befristet (Ja/Nein)	Umfang der durchgeführten Angebote (z.B. 1x/Woche)	Durchschnittliche TeilnehmerInnen-Anzahl	Anzahl Teilnehmer:be-rechtigter (ge-samt)	Offen für Beschäftigte anderer Refe-rate/ Eigenbe-triebe (Ja/Nein)	Information über die BGF-Aktivitäten erfolgte durch..(z.B. persönliche Ansprache; Mitarbeiter-zeitung, Intranet...
Zumba	Ja	2 Kurse, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Well Fit	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Bodystyling	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Step-Aerobic	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail
Stretching	Ja	1 Kurs, jeweils 1x/Woche	wertet SWM aus	600it@M + 3000SWM	it@M + SWM	Intranet, Rundmail