

FIRMENFITNESS

Wirtschaftlich erfolgreich!

Die Vorteile auf einen Blick:

- Steigerung der Motivation und der allgemeinen Zufriedenheit
- Höhere Produktivität und Leistung
- Vorbeugung von Ausfall durch Krankheit
- Besseres Betriebsklima
- Höhere Identifikation mit dem Unternehmen
- Imagesteigerung durch aktives Gesundheitsmanagement und attraktive Sozialleistungen



Das biete ich an:

Functional Training für Körper und Geist:
abwechslungsreiches funktionales Zirkeltraining

Core Training dient dem Aufbau der Körpermitte:
für einen starken Rücken und flachen Bauch

Wirbelsäulengymnastik | Rückentraining:
für einen stabilen und gesunden Rücken

MASSAGE



Mobile (Büro) Massage:

Entspannend und platzsparend durch portablen Massagestuhl. Massiert wird ohne Öl, sodass die Mitarbeiter bekleidet bleiben können.

Die Massage ist direkt vor Ort - die Arbeitnehmer müssen das Büro nicht verlassen .

Ablauf:

Durch regelmäßiges Fitness- und Gesundheitstraining, das in den Geschäftsräumen (Seminarraum oder Arbeitsplatz) oder bei guten Witterungsverhältnissen auf dem Firmengelände (beispielsweise in der Mittagspause) stattfindet, werden die Mitarbeiter bestmöglich gefördert. Heute ist der beste Tag, um sich für ein motivierendes und gesundheitsförderndes Fitnessstraining mit einem vielseitigen und abwechslungsreichen Fitness- und Bewegungsprogramm mit maßgeschneiderten Gesundheitsdienstleistungen zu entscheiden. Auf eine gemeinsame Zusammenarbeit freue ich mich sehr!

Kontakt: **Personaltrainer Andreas Berg**

Telefon: 015752412655

E-Mail: info@personaltrainer-berg.com

Internetadresse: <https://www.personaltrainer-berg.com>