

einfach. nachhaltig.

In einer Zeit, in der individuelles Wohlbefinden, Produktivität und Arbeitgeberattraktivität entscheidend für den Unternehmenserfolg sind, bieten wir maßgeschneiderte Lösungen zur Unterstützung Ihrer Belegschaft. Unser engagiertes Team liefert praxisnahe Maßnahmen, welche die Mitarbeitergesundheit verbessern und Ihnen dadurch Kosten sparen.

Entdecken Sie unser Portfolio, das auf die unterschiedlichen Bedürfnisse moderner Unternehmen abgestimmt ist.

Einfache Lösungen vor Ort mit wenig Zeitaufwand.

Massagebasierte Therapie

Erleben Sie nachhaltige Gesundheitsförderung direkt am Arbeitsplatz. Unsere spezialisierten Therapeuten kombinieren gezielte Massage- und Bewegungsübungen, um langjährige Beschwerden Ihrer Mitarbeitenden zu verringern und deren Leistungsfähigkeit zu erhalten.

Ergonomie-Inspektion

Optimieren Sie die Arbeitsbedingungen mit einer praktischen Analyse pro Arbeitsbereich. Wir bieten konkrete Handlungsempfehlungen, die Ergonomie und Arbeitsabläufe verbessern und Arbeitsbedingungen ganzheitlich betrachten. Unsere Lösungen zeichnen sich durch klare Kommunikation und nachhaltige Wirkung aus.

Faszien-Workshop

Fördern Sie die Gesundheit Ihrer Beschäftigten durch unseren Faszienkurs, der über punktuelle Selbstmassagen hinausgeht. In kleinen Gruppen lernen die Teilnehmer, effektiv mit Faszienutensilien umzugehen und Beschwerden selbstständig zu reduzieren, wodurch weniger Arztbesuche nötig sind.

Schützen Sie die erzielten Erfolge nachhaltig!

Präventionsprogramm Muskeln & Gelenke

Viele Mitarbeitende leiden unter Beschwerden durch lange Sitzzeiten und unergonomische Bedingungen am Arbeitsplatz. Unser Programm mit dem Motto "Zähneputzen für die Gelenke" geht effektiv mit einem mehrteiligen Ansatz darauf ein.

Kick-Off Schulungen sensibilisieren für Ursachen und Lösungen und weisen auf den **digitalen Videokurs** hin, der durch seine Erinnerungsfunktion tägliche, wichtige Übungen sichert. Ein optionales **Umfragemodul** erfasst den Gesundheitszustand Ihrer Belegschaft.

Das Besondere an unserem Programm ist, dass es nicht nur die sportaffinen und gesundheitsbewussten Mitarbeitenden anspricht, sondern wirklich alle. Der Vorteil für Ihr Unternehmen: Verbesserte Gesundheit der Mitarbeitenden, reduzierte Fehltage und gesteigerte Produktivität – alles mit minimalem Aufwand.



Sind Sie interessiert an mehr Informationen oder einer persönlichen Vorstellung unserer innovativen Gesundheitslösungen? Kontaktieren Sie uns jetzt für einen Beratungs- oder Präsentationstermin. Lassen Sie uns gemeinsam die Gesundheit und Zufriedenheit Ihrer Mitarbeitenden verbessern und Ihr Unternehmen auf den Weg zu nachhaltigem Erfolg führen.

Massagebasierte Therapie

Erleben Sie nachhaltige Gesundheitsförderung für Ihr Unternehmen mit unserem innovativen Service zur Beschwerdereduktion direkt am Arbeitsplatz.

Statt kurzfristiger Wellness-Massagen bieten wir spezialisierte Therapeuten, die gezielt auf Ihre Beschäftigten eingehen. Unsere Sessions vereinen effektive Massagetechniken zur Ursachenbekämpfung mit der Vermittlung von Selbstmassagetechniken und individuell empfohlenen Bewegungsübungen. Diese nachhaltige Methode ist besonders vorteilhaft für Mitarbeiter mit langjährigen Beschwerden und für jene, die im Arbeitsalltag körperlich stark belastet werden. Es bietet die optimale Lösung, um die Beschwerden Ihrer Mitarbeitenden zu verringern und deren Leistungsfähigkeit zu erhalten. Ihr Unternehmen profitiert von gesteigertem Wohlbefinden im Team, höherer Arbeitszufriedenheit und reduzierten Ausfallzeiten.

Investieren Sie in die Gesundheit Ihrer Belegschaft und erzielen Sie langfristige Kostenersparnisse durch eine produktivere und gesündere Arbeitsumgebung.

Auf einen Blick



Nachhaltige Gesundheitsförderung

- Wirkungsvolle Kombination aus gezielten Massagetechniken und Selbstmassage- & Bewegungsübungen
- Direkte Beschwerdereduktion am Arbeitsplatz

Spezialisierte Therapeuten

- Zielgenaue Betreuung der Mitarbeitenden

Effektive Massagetechniken

- Ursachenbekämpfung & Selbstmassage

Zielgruppe

- Mitarbeitende mit chronischen Beschwerden & hoher körperlicher Belastung

Vorteile

- Verringerung langfristiger Beschwerden & Erhaltung der Leistungsfähigkeit
- Wohlbefinden, Zufriedenheit, Produktivität

Dauer	ca. 20 Minuten pro Person
Kosten	100 € pro Stunde
	mind. 3 zusammenhängende Stunden



Sind Sie interessiert an mehr Informationen oder einer persönlichen Vorstellung unserer innovativen Gesundheitslösungen? Kontaktieren Sie uns jetzt für einen Beratungs- oder Präsentationstermin. Lassen Sie uns gemeinsam die Gesundheit und Zufriedenheit Ihrer Mitarbeitenden verbessern und Ihr Unternehmen auf den Weg zu nachhaltigem Erfolg führen.

Ergonomie-Inspektion

Optimieren Sie die Arbeitsbedingungen in Ihrem Unternehmen mit unserer umfassenden Beratungsdienstleistung, die einen besonderen Fokus auf Ergonomie legt.

Anstelle einer kurzfristigen, individuellen Arbeitsplatz-Begehung bieten wir eine Betrachtung ganzer Abteilungen oder Tätigkeitsbereiche, um alltagstaugliche und praktische Lösungen zu entwickeln. Nach unseren Begehungen erhalten Sie eine schriftliche Auswertung, die konkrete Handlungsempfehlungen und eine Übersicht über die festgestellten Umstände bietet. Unsere Empfehlungen gehen über Ergonomie hinaus und beinhalten eine ganzheitliche Analyse der Arbeitsabläufe, zeitlichen und kognitiven Belastungen sowie der gesamten Arbeitsbedingungen. In Einzelfällen werden auch Aspekte des Arbeitsschutzes berücksichtigt.

Unsere bisherigen Kunden loben die praktische Anwendbarkeit, die klare Kommunikation und die Nachhaltigkeit unserer Lösungen, die Ihr Engagement als Arbeitgeber für die Gesundheit der Mitarbeiter sichtbar machen.

Auf einen Blick



Praktische Analyse pro Arbeitsbereich

- Detaillierte Analyse der bestehenden Arbeitsbedingungen
- Konkrete Handlungsempfehlungen & Auswertung

Optimierte Arbeitsbedingungen

- Ganzheitliche Abteilungsbetrachtung

Detaillierte Auswertung

- Konkrete Handlungsempfehlungen

Umfassende Analysen

- Arbeitsabläufe, Belastungen, Arbeitsschutz

Zielgruppe

- Unternehmen mit Fokus auf Arbeitsplatzergonomie & Mitarbeitergesundheit

Vorteile

- Verbesserung der Ergonomie & Optimierung der Arbeitsabläufe
- Ganzheitliche Betrachtung der Arbeitsbedingungen

Dauer	60-90 Minuten
Kosten	400 - 500 € abhängig von Anzahl zusammenhängender Durchführungen



Sind Sie interessiert an mehr Informationen oder einer persönlichen Vorstellung unserer innovativen Gesundheitslösungen? Kontaktieren Sie uns jetzt für einen Beratungs- oder Präsentationstermin. Lassen Sie uns gemeinsam die Gesundheit und Zufriedenheit Ihrer Mitarbeitenden verbessern und Ihr Unternehmen auf den Weg zu nachhaltigem Erfolg führen.

Faszien-Workshop

Optimieren Sie die Gesundheit und das Wohlbefinden Ihrer Mitarbeitenden mit unserem umfassenden Faszienkurs, der über punktuelle Selbstmassagen hinausgeht.

Anstatt sich nur auf schmerzende Stellen zu konzentrieren, bietet unser Kurs eine ganzheitliche Herangehensweise, die zentrale Knotenpunkte des Körpers einbezieht. In kleinen Gruppen erlernen Ihre Mitarbeitenden, wie sie mit weitverbreiteten Faszienutensilien, die oft bereits zu Hause vorhanden sind, effektiv und selbstständig arbeiten können. Der Kurs schult die Teilnehmer darin, Beschwerden selbstständig in den Griff zu bekommen und zu reduzieren, was ihnen den Gang zum Arzt oder das Inanspruchnehmen anderer Gesundheitsmaßnahmen ersparen kann. Unser Kurs fördert nicht nur die Fähigkeit zur Selbsthilfe, sondern trägt auch langfristig zur Reduzierung von Schmerzen und Beschwerden bei.

Arbeitgeber profitieren von gesünderen, zufriedeneren Mitarbeitenden und damit von weniger Ausfallzeiten sowie einer gesteigerten Arbeitsleistung.

Auf einen Blick



Mehr als punktuelle Selbstmassagen

- Effektiver Umgang mit Faszienutensilien
- Selbstständige Reduktion von Beschwerden

Ganzheitlicher Ansatz

- Zentrale Knotenpunkte im Körper

Selbstständige Anwendungsmethoden

- Effektive Nutzung von Faszienutensilien

Schulung und Selbsthilfe

- Beschwerdereduktion & Arztbesuche vermeiden

Zielgruppe

- Mitarbeitende aller Fitnesslevel, die langfristig Beschwerden vorbeugen möchten

Vorteile

- Weniger Arztbesuche → Geringere Ausfallzeiten, höhere Leistung
- Verbesserung des Wohlbefindens der Mitarbeitenden
- Gruppenunterricht für persönlichen Austausch & Motivation

Dauer	60-90 Minuten
Teilnehmer	je 10-15 Mitarbeitende
Kosten	400 - 500 € abhängig von Anzahl zusammenhängender Durchführungen



Sind Sie interessiert an mehr Informationen oder einer persönlichen Vorstellung unserer innovativen Gesundheitslösungen? Kontaktieren Sie uns jetzt für einen Beratungs- oder Präsentationstermin. Lassen Sie uns gemeinsam die Gesundheit und Zufriedenheit Ihrer Mitarbeitenden verbessern und Ihr Unternehmen auf den Weg zu nachhaltigem Erfolg führen.

Präventionsprogramm Muskeln & Gelenke

Viele Mitarbeitende leiden unter Muskel- und Gelenkbeschwerden, die oft durch längeres Sitzen und unergonomische Arbeitsbedingungen verursacht werden. Unser Programm "**Zähneputzen für die Gelenke**" bietet einen effektiven Ansatz zur Prävention und Selbsthilfe.

In Kick-Off-Schulungen sensibilisieren wir für die Ursachen dieser Beschwerden und präsentieren praktische Lösungen. Unser präventiver Videokurs hilft sodann, die Übungen in den Arbeitsalltag zu integrieren. Eine Erinnerungsfunktion unterstützt die Mitarbeitenden dabei, die Übungen nachhaltig umzusetzen. Optional können Umfragen den Gesundheitszustand der Mitarbeitenden erfassen.

Unser Programm spricht nicht nur sportaffine Mitarbeitende an, sondern eine breite Zielgruppe, im Gegensatz zu herkömmlichen Gesundheitsprogrammen. Kleine Veränderungen im Alltag sind realistischer umsetzbar als große Interventionen. Durch tägliche Übungen und die Unterstützung unserer App fördern wir nachhaltig die Gesundheit Ihrer Mitarbeitenden, reduzieren Fehltage und steigern die Produktivität – bei minimalem Aufwand und maximaler Wirkung für Ihr Unternehmen.

Auf einen Blick



Nachhaltige Gesundheitsförderung

- Mehrteiliges Präventionsprogramm „**Zähneputzen für die Gelenke**“
 - Kick-Off Schulungen → Ursachen & Lösungen von Beschwerden
 - Videokurs → Erinnerung an tägliche Übungen, langfristige Umsetzung
 - opt. Umfragemodul → Gesundheitszustand erfassen & bewerten

Einfachheit & große Wirkung

- intuitive Bedienung & leichte Umsetzbarkeit mit positiven Gesundheitsauswirkungen

Zielgruppe

- alle Mitarbeitende → unabhängig von Fitnesslevel

Vorteile

- Schutz & Förderung der Gesundheit
- reduzierte Fehltage & höhere Produktivität

Kosten

2 € pro Mitarbeitenden & Monat

Abrechnung
nach Wunsch

- **1 Jahr im Voraus**

→ auf Basis 1/3 der Belegschaft

- **Quartalsweise**

→ auf Basis tatsächlicher Nutzung

Zusatzleistungen

300 € pro Kick-off Schulung / Umfrage

Treuebonus

Lifetime Preise

→ garantierte Preisstabilität über die gesamte Vertragslaufzeit



Sind Sie interessiert an mehr Informationen oder einer persönlichen Vorstellung unserer innovativen Gesundheitslösungen? Kontaktieren Sie uns jetzt für einen Beratungs- oder Präsentationstermin. Lassen Sie uns gemeinsam die Gesundheit und Zufriedenheit Ihrer Mitarbeitenden verbessern und Ihr Unternehmen auf den Weg zu nachhaltigem Erfolg führen.