



BODYSTREET FIRMENFITNESS

PROFITIEREN SIE VON FITTEN & MOTIVIERTEN MITARBEITER*INNEN

BODY STREET

Weil 20 Minuten Training reichen.



WILLKOMMEN BEI BODYSTREET.

Die Investition in die Gesundheit und Fitness Ihrer Mitarbeiter*innen lohnt sich heute mehr als je zuvor. Denn wer gesund ist, leistet mehr, fällt seltener aus und hat mehr Spaß an der Arbeit. Fehltag und Fluktuation sinken, Effizienz und Arbeitsmoral steigen. Man sagt nicht umsonst, dass gesunde und fitte Mitarbeiter*innen das höchste Gut eines erfolgreichen Unternehmens sind.

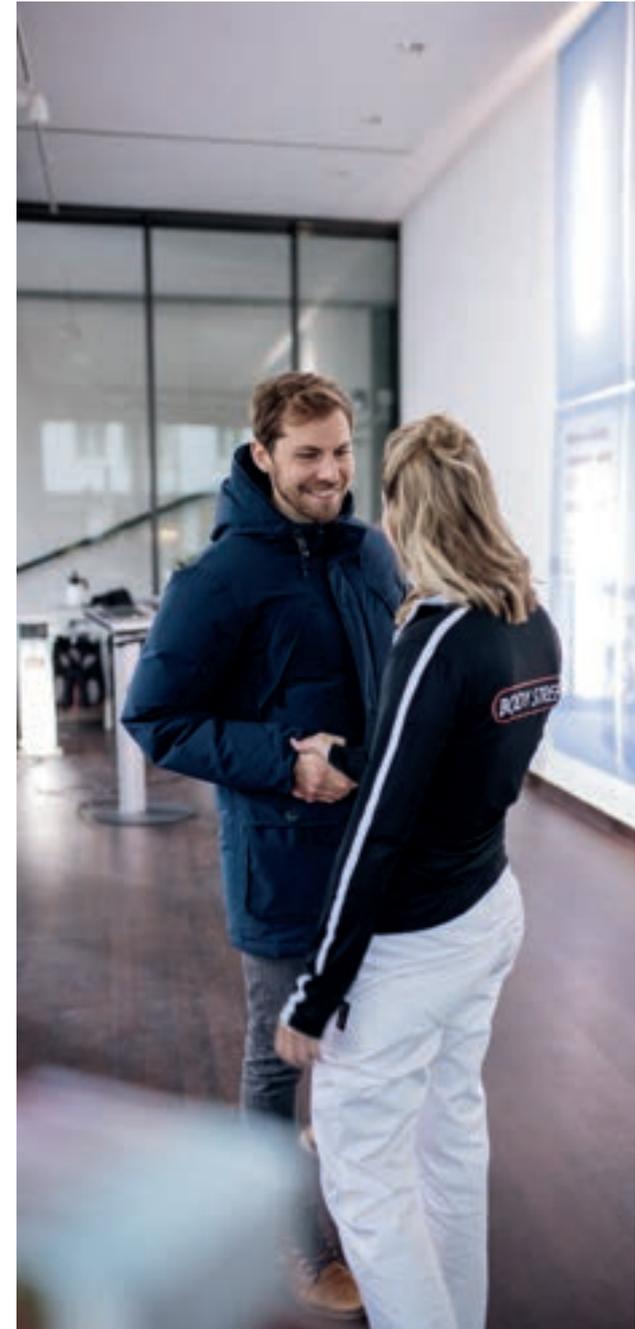
Bei Bodystreet bieten wir zudem ein innovatives und höchst effizientes Trainingskonzept an. Um es in Unternehmersprache auszudrücken: Wir erzielen bei minimalem Aufwand ein maximal möglichen Erfolg!

Gerne bieten wir Ihren Mitarbeitern Sonderkonditionen an:

1. gratis Probetraining (normalerweise € 24,90)
2. Startbonus von € 100,-
3. 6 Monats-Abo € 34,90 (statt 39,90)

Ich freue mich von Ihnen zu hören.

Margit Lehr-Korkodilos, MA
Bodystreet Franchisepartnerin, Tel. +43 664 450 27 33





WIR MACHEN IHR **UNTERNEHMEN GESÜNDER.**

Gesunde, motivierte und leistungsfähige Mitarbeiter*innen sind die Basis für den wirtschaftlichen Erfolg und die Wettbewerbsfähigkeit Ihres Unternehmens. Ständige Erreichbarkeit, Arbeitsbeschleunigung und steigender Leistungsdruck, dazu hohe eigene Ansprüche: Stressfaktoren in Unternehmen nehmen zu. In den vergangenen zehn Jahren sind die Fehlzeiten am Arbeitsplatz um mehr als ein Drittel gestiegen. Langzeitarbeitsunfähigkeiten aufgrund von Herz-Kreislauf- und Krebserkrankungen,

Erkrankungen des Bewegungsapparats, Depressionen und Burnout kosten Unternehmen jährlich Milliarden. Mit effizienter Fitnessprävention lässt sich den Veränderungen in der Arbeitswelt wirkungsvoll begegnen. Viele Krankheiten lassen sich vermeiden, wenn man Warnsignale und Risikofaktoren frühzeitig erkennt und mit gezielten, systematischen Maßnahmen gegensteuert. Mit der Bodystreetmethode sorgen Sie dafür, dass Ihr Team dauerhaft fit und gesund bleibt.



Vorteile für Ihr Unternehmen

- Geringerer Krankenstand, dadurch weniger Leistungsausfälle
- Verbesserte Arbeitsatmosphäre, angenehmeres Arbeitsumfeld
- Höhere Team- und Leistungsfähigkeit der Mitarbeitenden
- Stärkung der positiven Identifikation der Mitarbeitenden mit Ihrem Unternehmen
- Erhöhte Arbeitgeberattraktivität durch starkes Corporate Benefit



Vorteile für Ihre Mitarbeiter

- Stressabbau und verbessertes Wohlbefinden
- Mehr Motivation und Leistungsfähigkeit
- Mehr Lebensqualität durch Gesundheit und Prävention
- Gestärktes Selbstvertrauen und höhere Motivation der Mitarbeitenden





WARUM IST GERADE BODYSTREET DER PERFEKTE PARTNER FÜR MICH?

EMS ist ein Ganzkörpertraining unter einem ungefährlichen Reizstrom. Dazu muss man wissen: Unsere Muskeln werden bereits im Alltag ständig durch bioelektrische Impulse stimuliert. Genau das macht sich auch das Bodystreet EMS-Training zunutze. Wir verstärken diesen körpereigenen Effekt durch zusätzliche Reize und erzielen so zu deutlich intensivere Muskelkontraktionen als bei einem herkömmlichem Training. Bei jeder Übung, die zur Kontraktion der Muskulatur führt, wird zusätzlich ein entsprechender elektrischer Impuls von außen gesetzt. Der Muskel erfährt so eine zusätzliche Spannungserhöhung, eine optimierte Frequentierung und Rekrutierung seiner Fasern und damit eine noch effektivere Reizsetzung.

Unsere innovative EMS-Technologie sorgt für ein maximal effizientes Workout: Das Training bei Bodystreet ist dabei extrem zeitsparend. 1 x pro Woche, 20 Minuten lang – Das reicht aus um fast alle Ziele, die man im Bereich Gesundheit und Fitness haben kann, zu erreichen:

- Fitness sichtbar steigern
- Gewicht verlieren
- Rücken stärken
- Figur shapen
- Immunsystem stärken
- Muskeln aufbauen

Das geht bspw. auch ganz einfach während der Mittagspause. Wer will, braucht dabei nicht einmal eigene Trainings Sachen wie Trainingsbekleidung oder Handtuch mitzubringen. Diese stellen wir auf Wunsch gerne bereit und sorgen so für ein Rundum-Sorglospaket.

Bei Bodystreet werden die Übungen immer zusammen mit einem Personal Trainer ausgeführt. Deshalb lassen sich die EMS-Übungen ganz auf Ihre individuellen Ziele abstimmen.





UNSERE EMS-FITNESS- ANGEBOTE FÜR FIRMEN.

Setzen Sie Maßstäbe und investieren Sie in die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter. Motivieren Sie Ihre Beschäftigten, indem Sie die Kosten für die Mitgliedschaft bei Bodystreet ganz oder teilweise übernehmen.

Mitgliedschaft ohne Arbeitnehmerbeteiligung

Ermöglicht den Beschäftigten eine vergünstigte Mitgliedschaft für die Nutzung unseres EMS-Trainings. Bei Bodystreet können aber nicht nur die Mitarbeiter trainieren. Denkbar sind bspw. auch Sonderkonditionen für die Lebens- bzw. Ehepartner.

Mitgliedschaft mit Arbeitnehmerbeteiligung

Das Unternehmen trägt einen Teil der Mitgliedschaftskosten für die Mitarbeiter und steigert die Attraktivität als Arbeitgeber. Beschäftigte nehmen die Chance zum Ausgleich durch die Förderung des Arbeitgebers gerne wahr.

Mitgliedschaft mit voller Kostenübernahme durch den Arbeitgeber

Die Beschäftigten des Unternehmens können kostenfrei bei Bodystreet trainieren. Die Gesundheit der Mitarbeiter wird so langfristig und nachhaltig gesichert. Davon profitieren Arbeitnehmer und Arbeitgeber gleichermaßen.

KONTAKTIEREN SIE UNS EINFACH!

Wir erarbeiten gerne mit Ihnen zusammen, ein für Sie passendes Modell aus.



DIE ZIELE DES BODYSTREET- TRAININGS IM ÜBERBLICK.



Rücken stärken & Haltung verbessern

Ungleichgewicht bei der Haltemuskulatur im Rücken, Bauch und Beckenboden sind weitverbreitete Leiden. Mit EMS kann man diese schwierigen Muskelgruppen gezielt ansprechen und effektiv trainieren; insbesondere bei der Dysbalance-Folge und Rückenschmerzen kann das Training spürbar dazu beitragen, Beschwerden zu lindern.



Gewicht verlieren & Figur shapen

EMS fördert eine anhaltende Reduktion von Körpergewicht und Körperfett: Die hohe Stoffwechselaktivität während und bis viele Stunden nach dem EMS-Training bewirkt einen hohen Arbeitsumsatz und der nachhaltige Aufbau fettfreier Muskelmasse eine deutliche Zunahme des Grundumsatzes.



Das Immunsystem stärken

Wer regelmäßig Sport treibt, hat mehr Antikörper im Blut, die die Atemwege vor schädlichen Keimen schützen. EMS-Training trägt dazu bei, die Immunabwehr zu stärken. Denn als ganzheitliche Maßnahme fordert EMS den Körper, ohne ihn dabei zu überfordern.



Muskeln schonend aufbauen & die Fitness sichtbar steigern

Mit EMS kann eine stärkere Kontraktion des Muskels erzeugt werden als bei willkürlicher Kraftentfaltung. Dabei entsteht die Trainingsintensität durch Elektrostimulation und nicht durch hohe Gewichte und ist so viel schonender für Gelenke und Bewegungsapparat.





KONTAKT:

Bodystreet Wien Alser Straße
Inhaber Margit Lehr-Korkodilos

Alser Straße 53
1080 Wien

Telefon +436644502733
E-Mail: wien-alsenstrasse@bodystreet.at



BODY STREET

Weil 20 Minuten Training reichen.