

FLEXIBEL ARBEITEN DIE HOMEOFFICE-REGELUNGEN IM ÜBERBLICK

» Jetzt informieren!



Sportwissenschaftliche Beratung - Wien

Zielgruppe der Berufsgruppe sportwissenschaftliche Beratung

Privatpersonen - Unternehmen

Privatpersonen

Sie erhalten von uns Unterstützung und Begleitung für/zur...

- Gesundheitsorientiertes Bewegen
- Leistungsorientiertes Training
- Erfassen Ihres körperlichen Ist-Zustandes und gezieltes Hinführen zu Ihrem persönlichen Wunschzustand mittels: unterschiedlicher Tests für Ausdauerleistungsfähigkeit, Muskelfunktion und Kraft, Koordination, aber auch für Ihre Entspannungs- und Regenerationsfähigkeit
- Verbesserung der persönlichen Körperfitness für Menschen aller Altersgruppen
- Gezieltes Training für spezielle Problematiken wie z.B.: Rücken-/Wirbelsäulenbeschwerden, Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes, Osteoporose und vieles mehr.
- Zusammenstellung und Durchführung von auf Sie persönlich abgestimmten individuellen Trainings- und Bewegungsprogrammen

Unternehmen

Sie können auf uns als Experten für betriebliche Gesundheitsförderung zählen! Wir unterstützen Sie bei der...

- Überprüfung der gesundheitsbeeinflussenden Faktoren in Ihrem Unternehmen
- Testung/Darstellung/Optimierung Ihrer persönlichen Fitness und der Ihrer Mitarbeiter
- Planung, Organisation und Durchführung von maßgeschneiderten Gesundheitsprojekten
- Erstellung von Aktivprogrammen für die Mitarbeiter direkt am Arbeitsplatz
- Führungskräfte- und Teamworkshops mit Schwerpunkten rund um das Thema "Sport und Gesundheit"

Stand: 16.06.2020