

RÜCKENSCHULE Jetzt in Ihrer Firma

Eine Aktion der Vitaltestzentrum Ulbricht UG



AOK PLUS 

Machen Sie Ihre Mitarbeiter RückenFit!

Fit im Job mit funktionellem Training.

Der Rücken ist in jeder Arbeit die wir im Alltag leisten beteiligt. Im Laufe eines Arbeitslebens ist er höchsten Anforderungen ausgesetzt. Um Ihren Mitarbeitern Rückenbeschwerden zu ersparen bieten wir Ihnen ein individuell zusammengestelltes Kurskonzept. Unter professioneller Anleitung, dem Einsatz von Geräten und dem eigenen Körpergewicht werden alle wichtigen Muskeln in Rücken, Schultern und Körper trainiert.

Damit werden Rückenschmerzen gelindert oder sogar beseitigt. Bei einer regelmäßigen Teilnahme und durch die Schulung präventiver Maßnahmen werden die Teilnehmer zunehmend stärker und beschwerdefreier sein.

Vorteile für Firma & Mitarbeit

- ✓ Motivation
- ✓ Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- ✓ Alltagsnah
- ✓ Gruppendynamik
- ✓ Primärprävention nach §20 SGB V
- ✓ Abrechenbar nach §3 Nr. 34 EStG
- ✓ Mobile Fitness und Gesundheitschecks
- ✓ Kombination mit einem Screening Angebot aus unserem Portfolio (Muskelscreening, Herz und Stressmessung, BIA Analyse, Stoffwechselanalyse, mobeefit) möglich
- ✓ ZPP Zertifikat (zentrale Prüfstelle Prävention)

Anmeldung unter:

Tel. 01 73 3 93 43 98

E-Mail. bgm@vitaltestzentrum.de

