



Willkommen in der AlpaLifeStyle Lounge



Fitnessraum



Sauna



Sonnenbank



Kursraum



Entspannen



Nasszellen



Firmen-Fitness

Voraussetzung für die Wettbewerbsfähigkeit eines Unternehmens sind gesunde und leistungsfähige Mitarbeiter. Akademische Studien belegen, dass der Return on Invest auf gesundheitsförderliche Maßnahmen mindestens 34% beträgt. Jeder ausgegebene Euro für die Gesundheit der Mitarbeiter spart dem Unternehmen mindestens 1,34 EUR an Kosten, die beispielsweise durch Fehltage verursacht werden. Investieren Sie in Ihre Mitarbeiter und fördern Sie deren Gesundheit und Kraft mit Firmenfitness sowie Personal Coaching.



Zielsetzung

Unsere Zielsetzung für ihr maßgeschneidertes Firmenfitness-Konzept „Gesundheit als Führungsaufgabe“: Wer fit ist leistet mehr! Gezieltes Training steigert das Wohlbefinden und die Motivation der Mitarbeiter und bewirkt eine höhere Leistungsfähigkeit im Arbeitsalltag.



Präventionen statt Folgekosten

Wir schaffen die Grundlage für ein kontinuierliches Training, welches immer und überall ausgeführt werden kann und so die körperliche und mentale Belastbarkeit der Mitarbeiter stärkt. Darüber hinaus verbessern Sie zusätzlich die internen Kommunikationsstrukturen und erneuern die Ressourcen Ihrer Mitarbeiter.



Gruppenkurse Indoor

Diese fördern sowohl die körperliche Fitness, die Stärkung der Muskulatur als auch die mentale Entspannung von Körper und Geist.



Leistungsspektrum

Grundlage für ein individuelles Konzept: Der Gesundheitscheck

Wie fit sind Sie und Ihre Mitarbeiter?

Welcher Bereich ist für Ihre Tätigkeit besonders von Bedeutung?

Wo sollten sich die Mitarbeiter körperlich verbessern und stärken?

Welche Art Training ist am besten geeignet Ihre Ziele zu erreichen?



Leistungsspektrum

Um diese Frage beantworten zu können, ist es wichtig mit einem Verantwortlichen ihres Unternehmens zu sprechen und gemeinsam die Ziele festzulegen. Ein allgemeiner Gesundheitscheck (beinhaltet z. B. Messungen des Blutdrucks, Messungen zu Gewicht, Körpergröße, Körperfett, der Flexibilität,...) sowie eine Umfrage unter der Belegschaft bieten die ideale Grundlage für das Erstellen maßgeschneiderter Trainingspläne und Gruppenkurse.

Leistungsspektrum

Langes Sitzen vor dem Computer in falscher Position, anschließende lange Autofahrten und zu Hause vor den Fernseher auf die Couch – Rückenschmerzen vorprogrammiert! Wir helfen Ihnen und Ihren Mitarbeitern dagegen vorzubeugen, die Rückenmuskulatur gezielt zu stärken für ein Leben mit weniger oder keinen Rückenschmerzen.

Firmen-Fitness Preisliste

Normaltarif

24 Monate (inkl. Powerplate)

12 Monate (inkl. Powerplate)

6 Monate

Monatliche Zahlung

54,00 Euro

59,00 Euro

69,00 Euro

Rabatt

25%

25%

25%

Tarif 8:00-13:00 / Mo. - So. Monatliche Zahlung

24 Monate (inkl. Powerplate)

12 Monate (inkl. Powerplate)

6 Monate

39,00 Euro

44,00 Euro

49,00 Euro

Rabatt

25%

25%

Sonstiges

10er Karte: Gerätebereich, Kurs, Wellness

Solarium-Flat

Tageskarte

Betrag

150,00 Euro

monatl. 14,95 Euro

15,00 Euro

Preisliste

Normaltarif

24 Monate (inkl. Powerplate)
12 Monate (inkl. Powerplate)
6 Monate

Monatliche Zahlung

54,00 Euro
59,00 Euro
69,00 Euro

Vorauszahlung

10% Rabatt
10% Rabatt
10% Rabatt

Tarif 8:00-13:00 / Mo. - So. Monatliche Zahlung

24 Monate (inkl. Powerplate)
12 Monate (inkl. Powerplate)
6 Monate

39,00 Euro
44,00 Euro
49,00 Euro

Vorauszahlung

10% Rabatt
10% Rabatt

Sonstiges

10er Karte: Gerätebereich, Kurs, Wellness
Solarium-Flat
Tageskarte

Betrag

150,00 Euro
monatl. 14,95 Euro
15,00 Euro