



Fit mit der Firma

Ob After Work-Lauftreff, Trainingssession am Arbeitsplatz, Pilates-Gruppe oder Fitnesscheck: Für Unternehmen, die die Gesundheit ihrer Mitarbeiter fördern wollen, haben die Fitnesstrainer Sebastian Hänsch und Steffen Laudeley passende Fitness- und Präventionsprogramme aufgelegt.

Vorteil für Arbeitgeber:

- Niedriger Krankenstand, positives Betriebsklima, motivierte und leistungsfähige Mitarbeiter

Vorteil für Arbeitnehmer:

- Stressabbau, Erhöhung des körperlichen Wohlbefindens, positive Lebenseinstellung

Wir bieten:

- Organisation und Durchführung von Firmenfitness-Events und Aktiv-Wochenendseminaren
- Sportliche Begleitung von Tagungen und Kongressen
- Regelmäßige Sportangebote wie Lauf- und Walktreffs nach Büroschluss
- Kurzprogramme zur mentalen und körperlichen Entspannung
- Rückenschule und mobile Massagen im Büro



SEBASTIAN HÄNSCH



STEFFEN LAUDELEY



0177 - 8 57 85 96
info@sebastian-haensch.de
www.sebastian-haensch.de

0178 - 4 58 79 20
info@steffen-laudeley.de
www.steffen-laudeley.de

Büroarbeit ist Schwerstarbeit: Langes Sitzen und Rückenprobleme, mangelnde Bewegung und belastete Beine. Doch es ist gar nicht so schwer, trotz eines vollen Schreibtisches fit und leistungsfähig zu bleiben. Das Trainingsduo gibt Ihrer Belegschaft neue Power und sorgt für einen gesunden Teamspirit. Wir freuen uns auf Ihre Anfrage und unterbreiten gerne ein detailliertes Firmenfitness-Angebot für Ihr Unternehmen.

Berufliche Qualifikationen:

- Physiotherapeut
- zertifizierter Fitnesstrainer (A- und B-Lizenz)
- zertifizierter Personal Trainer im BDPT e.V.
- Ernährungsberater
- Trainer präventiver Gesundheitssport GAB
- Spinning Instructor

Berufliche Qualifikationen:

- Fitnessfachwirt
- Trainer für Sportrehabilitation
- Gesundheitstrainer
- zertifizierter Fitnesstrainer
- Ernährungsberater
- Trainer für Ausdauersport
- Schwimmtrainer

