

FIT FOR THE FUTURE

Das ganzheitliche Winning Erfolgsprogramm für „BODY & MIND“



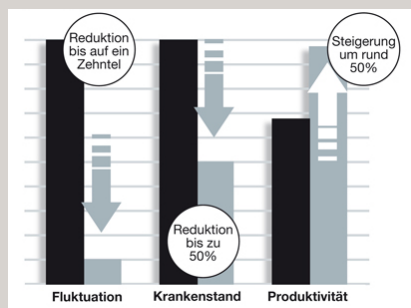
OHNE GESUNDHEIT IST ALLES NICHTS! DER MENSCH IM MITTELPUNKT!

Um in unserer rasanten Welt leistungsfähig zu bleiben und gleichzeitig Lebensfreude und Wohlbefinden aufrecht zu erhalten, ist ein ausgewogener, gesundheitsorientierter Lebensstil neben dem Arbeitsleben notwendig.

Winning bietet mit „Fit for the future“ ein innovatives ganzheitliches Training im Rahmen einer maßgeschneiderten Firmen-Fitness-Strategie für Ihr Unternehmen.

Entstanden ist dieses Programm aus eigenen Erfahrungswerten und einer internationalen Kooperation mit dem amerik. Fitnesspapst Ken Cooper und der Zusammenarbeit mit Arnold Schwarzenegger und dessen Berater Dr. John Cates. (Universität San Diego/CA).

In Theorie und Praxis vermitteln wir jedem Teilnehmer persönliche „Werkzeuge“ für „Body & Mind“ - für ein vitales gesundes positives Leben.



Zielgruppe: Menschen, die langfristig gesund erfolgreich sein wollen (Einzelpersonen und Teams)

Ihre Herausforderung:

- Mitarbeitermotivation und Energiesteigerung aller Mitarbeiter
- Verminderung von Fluktuation und Krankenständen
- Steigerung von Produktivität und positivem Betriebsklima
- Eine positive Productive-Aging Unternehmenskultur (altersensible Unternehmenskultur) zu gestalten
- Die Arbeitskraft und –bereitschaft aller MitarbeiterInnen zu fördern
- Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit und Sicherheit zu ergreifen

Ihr Vorteil:

- Maßgeschneiderte innovative hocheffiziente Programme
- Gesunde begeisterte und motivierte Mitarbeiter
- Höchste Nachhaltigkeit der Mitarbeiterteilnahme im deutschen Sprachraum (Studie Hewlett Packard / WU Wien)
- Ein neues Verständnis für körperliche und mentale Zusammenhänge
- Ihre PERSÖNLICHEN Winning-Programme auch selbständig durchzuführen, gezieltes Trainieren mit Spaß und Freude

Inhalt:

- Motivationsvorträge: Fitness – Gesundheit – persönlicher Erfolg
- Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse aus dem Gesundheits- und Sportbereich
- Revolutionäre effizienzsteigernde Trainingsmethoden zur Steigerung von Wohlbefinden und Leistungskraft
- Productive-Aging: Wie Sie biologisch 20 Jahre jünger werden!
- Entspannung- und Meditationsübungen
- Fitnesstest und IHR PERSÖNLICHER 10-Wochen-Aufbauplan für körperliche und mentale Fitness

Seminargebühr: € 880,- p.P. exkl. Mwst
Mindestteilnehmer: 10 Personen

Dauer: 2 Tage

Ort: Nach Vereinbarung

Aus der jahrelangen Erfahrung mit den besten Sportlern und Teams der Welt sowie nationalen und internationalen Unternehmen wurden belegbar erfolgreiche Seminartrainingsysteme entwickelt.

