

## REFERENZEN



**tisoware**<sup>®</sup>



## KONTAKT

**TSG Kerngesund – Betriebliche Gesundheitsförderung**  
Ringelbachstraße 96/1, 72762 Reutlingen  
**E-Mail:** kerngesund@tsg-reutlingen.de  
**T:** 07121 334250

**TSG KERNGESUND**

**BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG**

**INVESTIEREN SIE IN DIE GESUNDHEIT  
IHRER MITARBEITER!**

**KERNGESUND**

bewegen vereint



## UNSER PORTFOLIO

### FIRMENFITNESS

Ihre MitarbeiterInnen erhalten im Rahmen unseres exklusiven Firmenfitness-Tarifs besondere Vergünstigungen für das Training in unserem Bewegungs- und Gesundheitszentrum TSG Provital. Dieses Angebot richtet sich an Unternehmen mit einer Mitarbeiterzahl von mind. 50 Personen. Kleineren Unternehmen erstellen wir gerne ein maßgeschneidertes Angebot.

### KURSANGEBOTE

Unsere Kursangebote können sowohl inhouse in Ihrem Unternehmen als auch in unseren optimal ausgestatteten Räumlichkeiten stattfinden. Die Inhalte und die Zielgruppe sind selbstverständlich individuell nach Ihren Wünschen gestaltbar. Mögliche Kursinhalte können Rückenfit, Fitmix, Core-Training oder auch Entspannung sein.

### AKTIVE PAUSEN

Aktive Regeneration ist unsere Devise – nach einer aktiven Pause starten Ihre MitarbeiterInnen fit und motiviert in die anstehenden Aufgaben. Je nach Belastung am Arbeitsplatz können die Einheiten hier Lockerungs- und Mobilisationsübungen, aber auch Dehnungs- und Kräftigungsübungen beinhalten.

### GESUNDHEITSTAGE

Gerne übernehmen wir die Organisation Ihres Gesundheitstages oder beteiligen uns als Experten für Bewegung und Gesundheit an Ihrer Veranstaltung. Unsere Kraftmessung und unser Gleichgewichtstest sind hier die gefragtesten Angebote.

### AZUBI-CAMPS

Wir machen Ihre Azubis fit! Mit einer ganzheitlichen Betrachtung von Gesundheit geht es bei unseren Azubi-Camps um die Themen Ernährung, Bewegung, Stressmanagement, Persönlichkeitsentwicklung und Teambuilding. Der zeitlichen und räumlichen Gestaltung sind dabei keine Grenzen gesetzt. Gerne entwerfen wir ein auf Sie zugeschnittenes Programm.

## VORTEILE FÜR ARBEITGEBER UND ARBEITNEHMER



### Vorteile für den Arbeitnehmer

Verbesserung der Gesundheit

Steigerung des Wohlbefindens

Verbesserung der Entspannungs- und Regenerationsfähigkeit sowie der Zufriedenheit

Mehr Selbstbewusstsein

### Vorteile für den Arbeitgeber

➔ Reduzierte Ausfallzeiten, verringerter Krankenstand

➔ Leistungsfähigere MitarbeiterInnen mit verbesserter Konzentration

➔ Verbesserung von Betriebsklima, Gemeinschaftsgefühl und Identifikation mit dem Unternehmen; geringere Fluktuation

➔ Erhöhte Bereitschaft neue Wege für das Unternehmen zu gehen

