

# „FIT AT WORK – TESTING“

**FIT AT WORK**



Die Zukunft der Arbeit ist verbunden mit Fitness – Fitness im Büro, nicht nur außerhalb. Konzentration wird immer wesentlicher für jeglichen Arbeitsprozess, und ein umfassend aktivierter Körper ist die wichtigste Basis dafür.

Testen Sie „FIT AT WORK“, z.B. zwei Wochen lang. Ihr Aufwand: 30 Minuten am Tag bei Arbeitsbeginn. Danach präsentieren wir Ihnen Wirkungen und Ergebnisse der Methode.

## „ACTIVATION & CONCENTRATION“

Das Programm „ACTIVATION & CONCENTRATION“ wurde über 4 Jahre lang in Seminaren und Ausbildungen entwickelt und erfolgreich getestet. Nun steht es Unternehmen in einer speziell zusammengestellten Form zur Verfügung. Es beinhaltet aktivierende Bewegungseinheiten für den Körper und meditative Teile der Stille zur Aktivierung des Geistes.

## Durchführung

„ACTIVATION & CONCENTRATION“ nimmt 30 Minuten in Anspruch. Die größte Wirkung wird in der Früh bei Arbeitsbeginn erzielt. Körper und Geist werden für den Tag aktiviert. 2 Wochen lang kommen unsere geschulten TrainerInnen zu Ihnen. Sie erhalten ein aussagekräftiges Feedback zu den Resultaten.

**Haben Sie noch Fragen?** Rufen Sie uns an unter [+436509805853](tel:+436509805853)

oder schreiben Sie uns ein E-Mail an [office@e-consult.net](mailto:office@e-consult.net).

Gerne informieren wir Sie näher oder besprechen individuelle Wünsche mit Ihnen.

## Leistungen

- z.B. 10 Tage Inhouse-Training
- 30 Minuten Training pro Tag
- geschulte TrainerInnen
- Wirksamkeitsanalyse
- Präsentation der Ergebnisse
- Informationsmaterial

## Vorteile

- motivierte MitarbeiterInnen
- gesteigerte Konzentration
- konstruktive Teams
- Ergebnisorientierung
- geringer Zeitaufwand
- hohe Effizienz und Effektivität

## Voraussetzungen

- Freiwilligkeit der Teilnahme

## Investition

Kontaktieren Sie uns. Gerne erstellen wir ein für Sie passendes Angebot.