

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Ein wesentlicher Baustein für ein erfolgreiches Unternehmen sind gesunde und motivierte Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen. Die Ziele der betrieblichen Gesundheitsförderung sind Krankheiten am Arbeitsplatz vorzubeugen und die Gesundheit und das Wohlbefinden der Mitarbeiter zu verbessern. Davon profitieren die Mitarbeiter und das Unternehmen.

Wir bieten für Ihr Unternehmen individuelle Lösungen, welche auf die Bedürfnisse Ihrer Mitarbeiter zugeschnitten werden.

EIN AUSZUG AUS UNSEREN LEISTUNGEN

KURSE

Wirbelsäulentraining
Zumba
Krafttraining
Yoga

WORKSHOPS UND VORTRÄGE

über gesunde Bewegung und Bewegungsmotivation sowie gesunde Arbeitsplatzergonomie mit Beratung hinsichtlich richtiger Haltung, Bewegung, Ausgleichsübungen direkt am Arbeitsplatz.

TESTUNGEN

Back-Check
Medimouse Testung
Körperfettmessung
Muskelfunktionstestung
Laktattest

Trainings- möglichkeiten

Ausdauer - und Krafttraining,
Functional Fitness, Gleichgewichtsübungen

Gut zu wissen

Alle unsere Angebote werden von qualifiziertem Personal (Sportwissenschaftler, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten) durchgeführt.



OptimaMed Trainingszentrum Judenburg

Burggasse 73, 8750 Judenburg

T +43 (0)3572 463 00 E office-judenburg@optimamed.at

mtzjudenburg Therapiezentrum Judenburg



OptimaMed
Trainingszentrum

Judenburg



optimamed

therapiezentrum judenburg