

Event ohne Übernachtung

Business Yoga - Gesundheitstag Team-Coaching

Business Yoga by Franka Fidelak eignet sich für alle Personen- und Altersgruppen und vereint wesentliche Elemente der körperlichen und geistigen...



Programm-Idee

Business Yoga wirkt extrem positiv auf die Psyche. Stress, der beispielsweise durch hohe Arbeitsbelastung entsteht, wird gezielt reduziert, die einzelnen Übungen sorgen dabei sowohl für körperlichen als auch für geistigen Ausgleich zum Arbeitsalltag. Business Yoga ist ideal in den Arbeitsalltag integrierbar. Je nach Wunsch kann die Yogaeinheit am Morgen vor Arbeitsbeginn oder z.B. in der Mittagspause durchgeführt werden. Es kann auch ein ganzer Gesundheitstag gebucht werden, dieser ist mit einem Workshop, Impulsvortrag oder einer Kakaozeremonie kombinierbar. Ebenso ist Business Yoga im Zuge einer Tagung möglich. Gern können wir auch einen geeigneten Raum oder zusätzliche Bausteine wie eine Übernachtung und ein Catering anfragen!

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

Event ohne Übernachtung

Business Yoga - Gesundheitstag Team-Coaching

Business Yoga by Franka Fidelak eignet sich für alle Personen- und Altersgruppen und vereint wesentliche Elemente der körperlichen und geistigen...

Paket-Nummer: 0523685

Region:	📍	99084 Erfurt
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	10 - 30 Teilnehmer
Dauer:	🕒	1 Stunde
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch

Beschreibung

Dieses Business Yoga-Konzept beinhaltet insbesondere die Stärkung der Rückenmuskulatur, um Rückenproblemen vorzubeugen bzw. aktuelle Rückenprobleme zu lindern. Business Yoga fördert außerdem die Beweglichkeit der großen Muskelgruppen und kräftigt den gesamten Bewegungsapparat.

Die Vorteile von Business Yoga für Ihre betriebliche Gesundheitsförderung:

- Abbau von Anspannung und Stress
- Stärkung des Immunsystems der Mitarbeiter
- Verbesserung des Betriebsklimas im Unternehmen
- Stärkung der Psyche und des Körpers
- wachsende Konzentrationsfähigkeit
- einfache Integration in den Büroalltag
- für Männer und Frauen jeder Altersgruppe geeignet

Der vorliegende Business-Yoga-Kurs ist bei der ZPP zertifiziert und qualitätsgesichert nach dem Deutschen Standard Prävention.

Für eine (anteilige) Re-Finanzierung des Business Yoga Kurses nachfolgend zwei Möglichkeiten:

1. Gesundheitsförderung durch den Arbeitgeber
(Sie, als Arbeitgeber, können für zertifizierte Präventionskurse bis zu 600,- € pro Jahr und Mitarbeiter zusätzlich zum Arbeitslohn steuer- und beitragsfrei gewähren.)
2. Private Abrechnung über die gesetzliche Krankenkasse
(Die Mitarbeiter tragen die Kosten zunächst selbst und rechnen diese am Ende des Kurses mit ihrer gesetzlichen Krankenkasse ab.)

Anbieter-Bewertungen

51 abgegebene Bewertungen	★★★★★	4.70 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:	★★★★★	4.51 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:	★★★★★	4.76 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:	★★★★★	4.78 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:	★★★★★	4.73 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?	★★★★★	4.69 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:	★★★★★	4.75 von 5 Sternen

Wichtige Hinweise

Ort: bei Ihnen vor Ort - Voraussetzung: Ihr Firmenstandort verfügt über einem geeigneten Meetingraum oder einer geeigneten Location oder an einem Ort Ihrer Wahl

möglicher Radius: Erfurt, Thüringen + 30 km

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

Event ohne Übernachtung

Business Yoga - Gesundheitstag Team-Coaching

Business Yoga by Franka Fidelak eignet sich für alle Personen- und Altersgruppen und vereint wesentliche Elemente der körperlichen und geistigen...

Leistungen inkl.

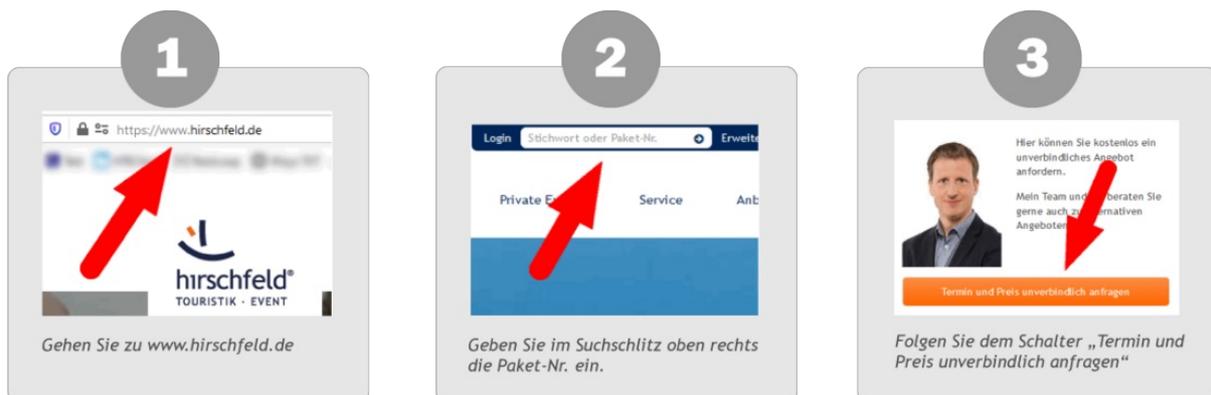
- 10 wöchentliche Yogaeinheiten á 60 Minuten
+ Anreisekosten (Anfahrt 0,30 €/km + Anreisezeit 40€/h)
- Telefonische Servicebereitschaft während des Zeitraumes

Zusatzleistungen

- Kakaozeremonie zur Yogaeinheit
Preis: auf Anfrage
- Vortrag zu einem oder mehrerer dieser Themen:
o Ernährung o Ganzheitliche Gesundheit o Stärkung des Immunsystem o Detox, Innere Reinigung o Stressmanagement o weitere Themen auf Anfrage
Preis: auf Anfrage
- Catering im Anschluss
Preis: auf Anfrage
- Übernachtung im Hotel
Preis: auf Anfrage

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0523685



Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.