

Event mit Übernachtung

Dein Gesundheitstag im THW Leistungszentrum

Ein Tag - genau auf Ihr Team abgestimmt.



Programm-Idee

Gestalten Sie gemeinsam mit Ihrem Team einen individuellen Gesundheitstag - von Impulsvorträgen über Functional Training, Mobility oder Eisbaden bis hin zur BIA-Messung und Aktiven Pause. Inhalte, Intensität und Themenschwerpunkte wählen Sie flexibel aus - perfekt abgestimmt auf die Bedürfnisse und Ziele Ihres Teams.

Paket-Nummer: 0529130

Region:	📍	24161 Kiel
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	8 - 30 Teilnehmer
Dauer:	🕒	2 Tage
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Englisch

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 mit Übernachtung

Dein Gesundheitstag im THW Leistungszentrum

Ein Tag - genau auf Ihr Team abgestimmt.

Beschreibung

Gemeinsam aktiv, gesund und motiviert - Ihr Teamgesundheitstag im THW Leistungszentrum
Unser Gesundheitstag im THW Leistungszentrum bietet Ihnen und Ihrem Team maximale Flexibilität bei der Gestaltung eines wirkungsvollen Programms. Wählen Sie aus einer Vielzahl an Modulen und stellen Sie ein abwechslungsreiches Sporterlebnis zusammen, das den Zusammenhalt fördert.

Zur Auswahl stehen praxisnahe Impulsvorträge zu Themen wie Longevity, Achtsamkeit, gesunder Schlaf oder Bewegung im (Arbeits-)Alltag - abgestimmt auf die Bedürfnisse Ihres Teams. Ergänzt werden kann das Programm durch sportliche Bausteine, die sowohl aktivierend als auch regenerativ wirken: Functional Training, Mobility-Einheiten, HYROX-Elemente, Yoga, Eisbaden oder die Aktive Pause.

Zusätzlich kann eine BIA-Messung gebucht werden, um die körperliche Verfassung jedes Einzelnen professionell zu erfassen - ein wertvoller Ausgangspunkt für gemeinsame Gesundheitsziele.

Ob für Einsteiger oder sportliche Profis - Intensität und Level bestimmen Sie gemeinsam. So schaffen Sie einen Gesundheitstag, der nicht nur die Fitness steigert, sondern vor allem den Teamgeist stärkt und langfristig motiviert.

Wichtige Hinweise

Änderungen bei der finalen Gruppengröße können eine Preisanpassung erforderlich machen. Gerne erstellen wir Ihnen auf Wunsch ein individuelles Angebot auf Basis der tatsächlichen Teilnehmer:innenanzahl. Bei größeren Gruppen reduziert sich der Preis entsprechend.

Vor Ort stehen 20 E-Ladesäulen zur Verfügung.

Leistungen inkl.

- **Fitnessseinheiten aus unserem Produktportfolio - Bewegung, die motiviert**
Wählen Sie zwei bis drei sportliche Formate aus unserem bewährten Portfolio - von kurzen Aktivpausen über Mobilisation bis hin zu funktionellen Übungen. Auch Yoga oder Hyrox-inspirierte Einheiten können Teil des Programms sein.
- **Vorträge aus unserem Produktportfolio - Wissen, das bewegt**
Erleben Sie zwei spannende Impulsvorträge aus unserem Gesundheitsportfolio. Wissenschaftlich fundiert und alltagstauglich unterstützen sie ein gesünderes, ausgeglicheneres Leben. Eine wertvolle Zusatzleistung für nachhaltiges Wohlbefinden und Motivation.
- **Übernachtung im Hotel Athletik**
Erleben Sie modernen Komfort und herzliche Gastfreundschaft im Hotel Athletik - direkt am THW Leistungszentrum. Unsere tollen Einzel- und Doppelzimmer bieten Ihnen eine entspannte Atmosphäre und beste Anbindung - ideal für Tagungsgäste und Sportbegeisterte.
- **Frühstücksvielfalt in der Keilerei**
Genieße ein reichhaltiges Frühstücksbuffet in gemütlicher Atmosphäre der Keilerei. Frische Zutaten, abwechslungsreiche Auswahl und leckere Spezialitäten sorgen für einen energiereichen Start in den Tag - perfekt für einen gelungenen Morgen.
- **Snack Angebot**
Kaffee, Wasser, Kekse und frisches Obst stehen Ihnen und Ihrem Team jederzeit zur Verfügung - ideal für kleine Pausen zwischendurch und neue Energie während des Programms.
- **Gesunde Stärkung zur Mittagszeit**
Für Ihre Mittagspause bieten wir leichte, ausgewogene Gerichte - frisch zubereitet und saisonal inspiriert. Ob vegetarisch, vegan oder mit Fisch und Fleisch: Bei unserem Angebot ist für jeden Geschmack etwas dabei. So genießen Sie eine genussvolle Pause und starten gestärkt in den Nachmittag.
- **Kulinarik am Abend in der Keilerei**
Ob ein herzhaftes Einzelgericht, ein reichhaltiges Buffet oder ein exklusives Gänge-Menü - in der Keilerei bieten wir dir eine kulinarische Vielfalt, die keine Wünsche offenlässt. Genieße den Abend in entspannter Atmosphäre mit individuell wählbaren Speisen.
- **Nutzung des flexiblen Veranstaltungsraums den Playground**
Im Playground können sich Teilnehmende entspannen. Filterkaffee, Wasser und Spielmöglichkeiten wie Kicker stehen bereit. Parkplätze sind direkt vor Ort verfügbar. Der Preis gilt für eine Raummiete von 2 Stunden.
- **Large Meeting Space - Playground**
Unser Boardroom ist ideal für intensive Kleingruppenformate: Workshops, Strategietreffen oder Führungsklausuren mit bis zu 8 Personen am Tisch. Mit kompletter Präsentationstechnik ausgestattet, bietet er den perfekten Rahmen für fokussiertes Arbeiten. Der Preis gilt für eine Raummiete von 2 Stunden.

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 mit Übernachtung

Dein Gesundheitstag im THW Leistungszentrum

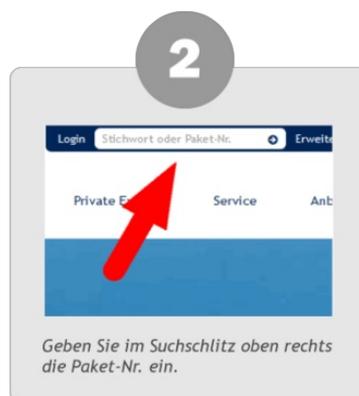
Ein Tag - genau auf Ihr Team abgestimmt.

Zusatzleistungen

- **THW Integration**
Erleben Sie eine exklusive Arena- oder Backstage-Führung, besuchen Sie ein spannendes Spiel live vor Ort und genießen Sie eine gemeinsame Nachbesprechung - ein unvergessliches Highlight für alle Handball-Fans.
Preis: auf Anfrage
- **FIT in 30 Minuten - Functional Training für dein Team**
Ein kurzes, effektives Ganzkörpertraining, das Kraft, Stabilität, Ausdauer und Beweglichkeit vereint - ideal für Teams, die gemeinsam aktiv werden wollen. In nur 30 Min. wird der gesamte Körper funktional und nachhaltig gestärkt. Mitbringen: Sportbekleidung und ein Handtuch oder eine Fitnessmatte.
Preis: auf Anfrage
- **Yoga fürs Team: Gesund und entspannt**
Yoga stärkt Beweglichkeit und Muskulatur, fördert das Wohlbefinden und baut Stress ab. Mit gezielten Übungen, Meditation und Entspannung unterstützt es außerdem bei Beschwerden wie Rückenproblemen oder Migräne - ideal für mehr Energie und Ausgeglichenheit im Team.
Preis: auf Anfrage
- **BIA Körperanalyse**
Die InBody BIA-Analyse liefert präzise Daten zur Körperzusammensetzung, wie Körperfettanteil, Muskelmasse und Kalorienverbrauch. Sie bietet eine professionelle Auswertung und dokumentiert Trainingsfortschritte zuverlässig.
Preis: auf Anfrage
- **Erleben Sie das Eisbaden am Falkensteiner Strand**
Eisbaden stärkt nicht nur Ihr Immunsystem, sondern fördert auch die Durchblutung, reduziert Stress und steigert Ihr Wohlbefinden nachhaltig. Direkt am malerischen Falkensteiner Strand erleben Sie die belebende Kraft des kalten Wassers - eine erfrischende Auszeit, die Körper und Geist in Balance bringt.
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. 0529130



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.