



## Firmenfitness

Sportlich aktive Mitarbeiter fehlen durchschnittlich 2-6 Tage weniger pro Jahr. Mit Firmenfitness gehen Sie präventiv gegen körperliche Erkrankungen vor und senken dadurch Ihre Kosten durch Krankheit und Arbeitsunfähigkeit. Firmenfitness stärkt dabei aber nicht nur die körperliche Gesundheit Ihrer Mitarbeiter, sondern hilft auch bei der Stressreduktion und fördert das Arbeitsklima. Die betriebliche Gesundheitsförderung wirkt sich somit mehrfach positiv auf Ihre Mitarbeiter und Ihr Unternehmen aus.

### Vorteile für den Mitarbeiter

- Verbesserung der Gesundheit
- Entspannung und Regeneration
- Steigerung des Wohlbefindens
- Erhöhte Leistungsfähigkeit
- Identifikation mit dem Unternehmen
- Größere Belastbarkeit und Stressresistenz

### Vorteile für das Unternehmen

- Verringerung des Krankenstandes
- Reduktion von Arbeitsunfällen
- Erhöhung der Produktivität
- Stärkung der sozialen Kontakte und des Gemeinschaftsgefühls
- Schnellere Integration neuer Mitarbeiter
- Verbesserung des Betriebsklimas
- Bessere Kommunikation

