

# **BEWEGUNG IM BÜRO**

## als Maßnahme der betrieblichen Gesundheitsförderung

**Montags bis donnerstags von 12:00 Uhr bis 12:15 Uhr im Live Stream**

## **IHRE MITARBEITER PROFITIEREN DURCH**

### **→ Steuervorteil**

Bis zu **600 Euro** pro Jahr sind Maßnahmen zur Förderung der Gesundheit für jeden Mitarbeiter **steuerfrei**.

### **→ Ausgleich**

Das Programm sorgt für **Ausgleich** zum **langen Sitzen und der Arbeit am Bildschirm**. Raus aus der krummen Sitzhaltung!

### **→ Gemeinschaft**

BEWEGUNG IM BÜRO ist ein positiver Anlass, **gemeinsam etwas zu tun, was jedem Einzelnen gut tut**.

### **→ Gute Gewohnheiten**

BEWEGUNG IM BÜRO findet **vier Mal in der Woche** statt. Der feste Termin mit seiner Regelmäßigkeit hilft gute Gewohnheiten zu etablieren.

## **IHRE VORTEILE ALS BVMW-MITGLIED:**

**5% Rabatt auf jede Buchung. Probetermin gratis. Gleich Termin ausmachen!**



## **AUSGLEICH AM ARBEITSPLATZ**

**Bewegung & Entspannung für Ihre Mitarbeiter - im Büro, im Homeoffice oder gemeinsam im Besprechungszimmer**

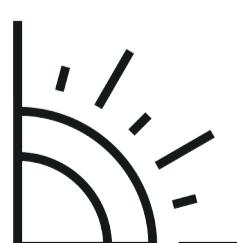
Wie geht es Ihnen und Ihren Mitarbeitern nach einem langen Tag am Schreibtisch? Brennen die Augen? Zwickt der Rücken? Das muss nicht sein.

Regelmäßige Bewegung zwischendurch hilft meist schon Wunder. **Kurz und knackig - dafür regelmäßig**. Deswegen hat BRIGHT YOGA das Konzept BEWEGUNG IM BÜRO etabliert: **Oft bewegen, gut bewegen, vielfältig bewegen**.

BEWEGUNG IM BÜRO ist die Lösung für den Alltag Ihrer Mitarbeiter - direkt am Arbeitsplatz. **Ein Klick und schon geht's los. Umziehen ist nicht nötig**. Wer seine Kamera anschaltet, bekommt **persönliche Tipps** von mir.



BEWEGUNG IM BÜRO ist buchbar als Zwei-Monats-Paket oder Ganzjahrespaket. Preise auf Anfrage. Über den QR-Code finden Sie alle Infos.



**BRIGHT YOGA | PATRICIA WINDT |**  
**GRIESMÜHLSTR. 2 | 85049 INGOLSTADT |**  
**patricia@brightyoga.de | 01 63 8 65 78 35**  
**www.brightyoga.de**