

## **FIRMENFITNESS UND** DIGITALE PRÄVENTION









## FIRMENFITNESS MIT HANSEFIT

FIT BLEIBEN - WANN IMMER DU WILLST, WO IMMER DU WILLST!



10.000+ **PARTNER** 

**ONLINE-KURSE** 

**SPORTARTEN** 

Exklusives Angebot f
ür unsere Mitarbeitenden: nur 71,40 € Eigenanteil monatlich.

Zum Start fallen einmalige Anmeldegebühren in Höhe von 54€ an.

## SPORTPARTNER IN GANZ DEUTSCHLAN





## **UNSER ONLINE-ANGEBOT**

- ✓ 100+ Online-Live-Kurse pro Woche von Hansefit-Partnern
- ✓ Digitale Ernährungspläne mit 10.000+ Rezepten
- Online-Yogastudio mit vielen Videos
- 2000+ Online-Kurse On Demand für Anfänger & Fortgeschrittene
- Digitaler Functional Fitness-Coach mit sportwissenschaftlich anerkannten Methoden
- **Digitaler Meditations-Coach** mit wissenschaftlich fundierten Achtsamkeitsübungen
- Online-Präventionskurse zu Bewegung, Ernährung, Entspannung & Sucht - zertifiziert nach §20
- Digitaler Schlaf-Coach mit über 90 exklusiven Schlafhilfen
- Digitale Rad- und Wandertouren mit zuverlässiger Navigation an jedem Ort und zu jeder Zeit



**HIER ANMELDEN UND INS TRAINING STARTEN!**