

## Investitionen

Pro Mess-Station / Tag ⇒ **790,- Euro** zzgl. 19% MwSt.  
Je nach Aufwand fällt ggf. eine Organisationspauschale an.

Fordern Sie noch heute ihr maßgeschneidertes Angebot an.

## Leistungen / Mess-Stationen

- ⇒ Projektberatung
- ⇒ hochwertige Messgeräte
- ⇒ eingehende Beratung
- ⇒ Checkdauer je Mess-Station 20 min

## Zusätzliche Leistungen

- ⇒ Venencheck
- ⇒ Cholesterin Messung
- ⇒ Muskel Funktionstest
- ⇒ Ergebnisauswertung
- ⇒ Mobile Massage
- ⇒ Impuls Vorträge
- ⇒ Schrittzähler-Ralley
- ⇒ Schnupperstunden (z.B. QiGong,  
Yoga, Pilates, Healthy Back)



TRAINING FOR HEALTH

**Die effektivste Art, Gesundheit ins Unternehmen zu bringen. Gesunde Mitarbeiter sind die Basis eines starken Unternehmens.**

## Kontakt

Training For Health  
Gesundheitsmanagement

Beate Pfänder 089/26010826  
Maria Lidin 0172/8176817

Volkartstr.32 , 80634 München

info@trainingforhealth.de

**www.trainingforhealth.de**

**Aktion**



**IN-HOUSE**

**GESUNDHEITSTAG**

TRAINING FOR HEALTH

## MESS-STATION 1

### HERZ-FUNKTIONS-CHECK

#### Cardio Scan®

Stress Index  
Mini EKG  
Blutdruck



#### Cardio Scan® - Belastungsfreie Analyse der Herzfunktion

Cardio Scan® ist Ihr Kompass für ein 'Herz-Vitales' Leben. Mit diesem Kompass können Sie schnell und einfach Ihre genaue gesundheitliche Position bestimmen: Wie fit sind Sie? Wo liegt Ihr Stress-Niveau? Wie gut arbeitet das Herz? Wir sagen Ihnen, was Ihr Körper braucht, um sich fit und wohl zu fühlen.

#### Blutdruck

Beinahe jeder vierte Deutsche hat Bluthochdruck. Ein erhöhter Blutdruck wird häufig kaum bemerkt, kann in der Folge aber sogar zu einem Schlaganfall oder Herzinfarkt führen. Nutzen Sie unsere Check-Up Termine um eine klare Auskunft zu erhalten!

## MESS-STATION 2

### RÜCKEN-CHECK

#### Medimouse®

Kraft  
Beweglichkeit  
Haltung



#### MediMouse® - strahlenfreie Vermessung der Wirbelsäule

Jeder Rücken ist individuell und unterschiedlich stark belastet. Der computer-gestützte Funktionstest des Rückens ist die Basis für die Analyse ihres persönlichen Rückenstatus.

Mit der MediMouse® analysieren wir Ihre Haltung, Beweglichkeit und Kraft.

In wenigen Minuten erhalten Sie Ihre Ergebnisse und konkrete Maßnahmen für einen starken und gesunden Rücken.



## MESS-STATION 3

### FITNESS-CHECK

#### PolarOwn Index® Fitness Test

Körperfett  
BMI



#### PolarOwn Index® Fitness-Check

Die Ausdauer-Fitness hängt davon ab, wie gut das Herz-Kreislauf-System Sauerstoff im Körper transportieren und verarbeiten kann. Der OwnIndex® ist eine Methode zur Ermittlung der Ausdauer-Fitness in Ruhe, ohne den Aufwand einer Leistungsdiagnostik.

#### Körperfettmessung und BMI - Ihr persönlicher Bodyguard

Mit dem Körperfett-Messgerät in Kreditkartenformat können Sie gezielt und einfach Ihren Körperfett-Anteil und Body Mass Index ermitteln. Der richtige Fett- und Muskelanteil im Körper verhindert chronische Erkrankungen, macht attraktiv, gesund und lebendig.