



Sie möchten Ihre Mitarbeiter fit und vital halten?

Ihre Mitarbeiter sitzen viel, haben wenig oder nur einseitige Bewegung?

Sie haben viele Krankmeldungen im Jahr zu verzeichnen?

Dann sollten Sie nicht lange zögern und Villaret Personalfitness engagieren, die gezielt mit Ihren Mitarbeitern z.B. Rücken- und Wirbelsäulengymnastik, Entspannungsübungen oder Dysbalancen entgegenwirkt.



Gezieltes Training, gönnen Sie Ihren Mitarbeitern ein 20-minütiges Training in Ihrem Hause, dieses kann in Kantinen oder Konferenzräumen durchgeführt werden, das ganze ohne Schwitzen, sprich in Arbeitskleidung! Mit dem Einsatz von z.B. Flexibar oder dem Slingtrainer.