

MACHEN SIE NOCH FIRMENSPORT ODER KÜMMERN SIE SICH GEZIelt UM DIE BESCHWERDEN IHRER MITARBEITER?



WARUM FIRMENFITNESS 2.0?

Mitarbeiter sind häufig von folgenden Beschwerden betroffen:

- Verspannungen im Nacken-, Schulter- und Rückenbereich,
- Migräne, Kopfschmerzen, Schwindel,
- eingeschränkter Nackenmobilität,
- Schmerzen im oberen und unteren Rückenbereich.

Firmenfitness 2.0 vom Studio K8 kann Beschwerden verhindern oder behandeln, indem gezielte sporttherapeutische Methoden angewendet werden.

BEISPIELHAFTER ABLAUF EINER INDIVIDUELLEN MITARBEITERBEHANDLUNG



1

Gezielte Mobilisation und Kräftigung der tiefliegenden Nackenmuskulatur mit dem Schlaufensystem von Redcord®
(10 Minuten)



2

Gezielte Mobilisation und Kräftigung der Rückenmuskulatur mit dem Schlaufensystem von Redcord®
(10 Minuten)



3

Gezielte Massage der betroffenen Bereiche (Nacken, Oberer Rücken, Unterer Rücken)
(10 Minuten)

Sie benötigen lediglich einen Platz von ca. 3m².



Das Gerät zum Behandeln sowie die nötige Liege werden mitgebracht.

KONTAKTIEREN SIE UNS



StudioK8

Konstanzer Straße 8
10707 Berlin



+49 176 24609221

(Whatsapp möglich)



studiok8berlin.de

