

Business Yoga der Vitalisten:



Mit Business Yoga zu gesunden, motivierten und leistungsfähigen Mitarbeitern

Business Yoga ist für alle Personen- und Altersgruppen im Unternehmen geeignet und vereint viele wesentliche Einflussfaktoren auf die körperliche und geistige Fitness.

Die Vorteile von Business Yoga für Ihre betriebliche Gesundheitsförderung

- Business Yoga ist ideal in den Arbeitsalltag integrierbar, denn die Übungen können allesamt in Arbeitskleidung in einem Konferenzraum durchgeführt werden.
- Business Yoga fördert sowohl geistige, als auch körperliche Einflussfaktoren auf die menschliche Gesundheit.
- Business Yoga ist für Männer und Frauen in jeder Altersgruppe, für sportliche Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.
- Business Yoga ist auf den beruflichen Arbeitsalltag im Büro ausgelegt und fördert die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter.
- Business Yoga beinhaltet einfache Inhalte, die schnell Wirkung zeigen.
- Business Yoga kann vor- nach, oder während der Arbeit in den Büroalltag integriert werden.

Unser Business Yoga – Konzept beinhaltet Übungen aus dem Hatha-, Kundalini- und Vinyasa – Yoga und ist mit spotwissenschaftlich fundierten Elementen, speziell für die Arbeit im Büro, erweitert worden. Unsere zertifizierten Yogalehrer freuen sich auf Ihre Anfrage.

