

SPORTWISSENSCHAFTLER (M/W/D) GESUCHT

als Trainer & Coach für die Teilnehmer*innen eines ganzheitlichen
Gesundheitsprogramms in der Natur



14.02.2020

Vital in der Natur ist eine Initiative von Mitarbeiter-Vital-Coaching UG

Was ist „Vital in der Natur“

- Ein ganzheitliches Gesundheitsprogramm für Menschen die nachhaltig gesund leben wollen.
- Findet ganzjährig fast ausschließlich in der Natur statt. Moderne Technik wird unterstützend eingesetzt.
- Beinhaltet die Handlungsfelder **Bewegung** (Kraft, Ausdauer, Koordination + alltagsgerechtes Bewegungsverhalten, Beweglichkeit + Dehnung sowie Körperwahrnehmung), **Ernährung** und **Stressmanagement**.
- Arbeitsplatzprogramme + Schicht Helfer-Programm = optional
- Das Trainer-Team und besondere Events machen **Vital in der Natur** zum Erlebnis!
- Kann von den gesetzlichen Krankenkassen und den Arbeitgebern in hohem Maß gefördert werden!
- Kooperationen mit einer großen Krankenkasse und heimischen Unternehmen.

Gesund mit Spaß + Verstand

- Um nachhaltige Gesundheitskompetenz zu entwickeln und dadurch Krankheiten und Beschwerden aller Art vorzubeugen, braucht man Wissen und Training.
- **Vital in der Natur** macht die Teilnehmer*innen geistig und körperlich fit. In modular aufeinander aufbauenden Kurseinheiten lernen sie mit viel Spaß alles, was sie zum Erhalt ihrer Gesundheit für ein langes, gesundes Leben brauchen. Das Ganze, zusammen mit netten Menschen in einer der schönsten Naturlandschaften Deutschlands.
- Zahlreiche Events bedeuten nicht nur viel Spaß und Abwechslung. Die Teilnehmer*innen lernen in den einzelnen Handlungsfeldern unterschiedliche Formen und Möglichkeiten kennen und können so leicht ihre persönlichen Präferenzen setzen.

Übersicht „Vital in der Natur“

Beginn
„Einführung
ins
Gesundheits
Training“
(EiGT)

8 Wochen-
Kurse am
xx.04.2020

Beginn
„EiGT“
2-tages-
Kurse am
xx.06.2020

Fitness-
Tests

APP/
Schicht-
arbeit

Figur
scout

Weiter-
führende
Präven-
tion



Beginn
„EiGT“
4 Wochen-
Kurse am
xx.05.2020

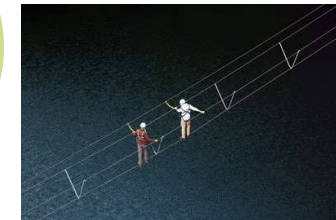
Beginn GT /
BGT
„Open end“
am
xx.06.2020

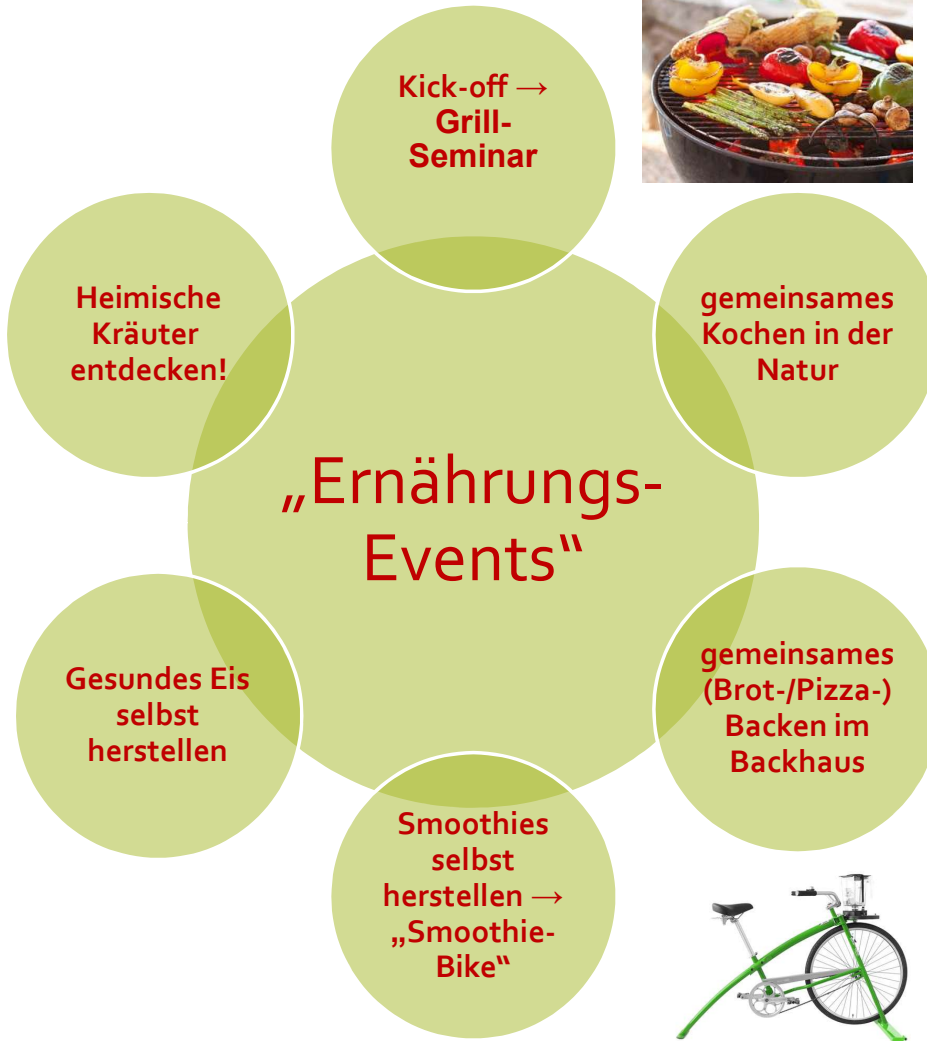
Selbst-
manage-
ment

Wege aus
der
Stressfalle

1. Etappen-
Ziel
am
xx.06.2021







Wenn Sie ein einzigartiges Gesundheitsprojekt mitgestalten möchten,
kontaktieren Sie uns.

Ihr Ansprechpartner

Rüdiger Stöcker

- Geschäftsführer Mitarbeiter-Vital-Coaching UG
- Betrieblicher Gesundheitsmanager IHK
- ESF-Fachberater (unternehmensWert:Mensch)
- Trainer „Wege aus der Stressfalle“



Am Homberg 13 | 57319 Bad Berleburg

Tel.: 02759 214 896

Mobil: 0177 5046197 | info@mitarbeiter-vital-coaching.de

www.mitarbeiter-vital-coaching.de

www.vital-in-der-Natur.de

www.e-mountainbike-touren.de

„Wir bewegen Wittgenstein!!!“

Wer nicht will findet Gründe.

Wer will findet Wege.

