



CHECK DELLA FORMA FISICA

QUANTO È IN FORMA IL VOSTRO PERSONALE?

Il livello di forma fisica ha un ruolo decisivo per la salute e per il proprio benessere. Per valutare la propria condizione fisica è utile effettuare il check della forma fisica per il personale. Con l'aiuto di un Bodyscan 3D viene effettuata un'analisi corporea dettagliata, che viene combinata con un successivo test della mobilità e del fitness che determina il rendimento fisico. La valutazione e il colloquio vengono effettuati subito dopo con il personale specializzato.

Gruppo target

- › Tutto il personale

Il personale conosce

- › la propria condizione fisica attuale
- › le raccomandazioni individuali per il raggiungimento dei propri obiettivi

Contenuti

- › Bodyscan 3D (analisi corporea dettagliata)
- › Test della mobilità e del fitness
- › Consulenza individuale

Metodologia

- › Test e consulenza individuale

Svolgimento

- › Specialista Movimento

Numero di partecipanti

- › Fino a 10 persone al giorno

Durata

- › 35 minuti a persona e test incl. valutazione

Luogo

- › Sul posto in azienda oppure in un altro luogo da concordare

L'obiettivo del Management della prevenzione di SWICA è prevenire le assenze con misure rilevanti per la salute, rafforzare il potenziale di salute e migliorare il benessere del personale.

A VOSTRA DISPOSIZIONE 24 ORE SU 24, 365 GIORNI ALL'ANNO.

Telefono 0800 80 90 80 / swica.ch/management-prevenzione

SWICA