



PRESSEMITTEILUNG

Neues Konzept für Mitarbeitergesundheit: Nur vier Geräte und kein Schwitzen.

Abwechslung für bürogeplagte Körper bietet die uniVersa-Versicherung seit gestern im Zuge eines Pilotprojektes in Kooperation mit FIT STAR. Nur vier Geräte sollen genau die Muskelgruppen ansprechen, die im Büro am häufigsten Probleme bereiten. Der Clou: die Mitarbeiter müssen sich nicht einmal umziehen.

Inzwischen sind Fitnessstudios auf Firmengrund nichts Neues mehr. Doch das Konzept FIT STAR 2GO, das die uniVersa-Versicherung im Rahmen ihres Gesundheitstages gemeinsam mit dem Fitness-Unternehmen FIT STAR ihren Mitarbeitern vorstellte, ist anders. Es soll den regelmäßigen Sport gar nicht ersetzen – geschwitzt wird woanders.

„Wer den ganzen Tag am Schreibtisch sitzt tut seiner Muskulatur nichts Gutes“, erklärt FIT STAR-Geschäftsführer Markus Giegold das Konzept. „Da tut es gut, die betroffenen Muskelgruppen zwischendurch einfach ein bisschen zu fordern.“

Das Konzept ist also denkbar einfach: kein Umziehen, kein Schuhe wechseln, kein Duschen, dafür direkt im Büro an die Geräte. Nicht einmal Trainer braucht es, denn FIT STAR liefert den FIT STAR AUDIOGUIDE gleich mit. Die Stimmen von Manfred Lehmann (u.a. Synchronsprecher Bruce Willis) oder wahlweise der FIT STAR-Expertin Barbara Wurmseher, erklären hier ausführlich, wie jedes einzelne Gerät genutzt wird.

In dem neuen Raum finden sich dementsprechend nur vier Geräte: eines spricht besonders die Beinmuskulatur an, eines den Rücken, eins den Bauch und eins die Schultern. Eben genau die Muskelpartien, bei denen Büroarbeiter durch das lange, oft krumme Sitzen besonders häufig über Schmerzen und Verspannungen klagen.

Dieses Konzept bietet nicht nur für die verspannungsgeplagten Angestellten Vorteile: Viele Unternehmen wollen mehr bieten für die Gesundheit ihrer Mitarbeiter, doch gerade in urbanen Räumen ist der Platz oft knapp. Ein ganzes Fitnessstudio, wie es einige große Unternehmen anbieten, ist da nicht drin. FIT STAR 2 GO ist dagegen mit nur vier Geräten ein wahres Platzwunder und vollkommen alltagstauglich.

Nürnberg, 31. März 2017

Tobias Müller

Kommunikation und Marketing FIT STAR

tobias.mueller@fit-star.de

+49 9126 274 9011

FIT STAR Holding GmbH & Co KG

Kistlerhofstr. 168 | 81379 München

Geschäftsführer Andreas Bauer, Markus
Giegold



Weitere Informationen

Über FIT STAR: FIT STAR ist ein **Sport- und Fitnessunternehmen aus München** und betreibt **europaweit 14 Fitnessclubs**. Das erste Studio entstand 2007 in München-Sendling – heute ist FIT STAR **Marktführer in der bayerischen Landeshauptstadt**. Das FIT STAR Studio Nürnberg-Zentrum wurde 2015 eröffnet und läutete die Expansion innerhalb Deutschlands ein. Im Jahr 2016 folgten das Studio in der Fürther Südstadt und der Club in Frankfurt-Innenstadt. Ein weiteres Studio in Berlin-Moabit steht kurz vor der Eröffnung.

Weitere Informationen können Sie den jeweiligen Webseiten unter www.icaros.net und www.fit-star.de entnehmen. Bei Fragen kommen Sie jederzeit gerne auf uns zurück.

Tobias Müller

Kommunikation und Marketing FIT STAR

tobias.mueller@fit-star.de

+49 9126 274 9011

FIT STAR Holding GmbH & Co KG

Kistlerhofstr. 168 | 81379 München

Geschäftsführer Andreas Bauer, Markus Giegold