

VITAMIND'S 'VIT IN BUSINESS PROGRAM'

Jeetje, best een uitdaging deze nieuwe manier van werken. En dan ook nog eens veel vanuit huis, zonder de verbinding met je team. Je mist je collega's en het plezier dat samen werd gemaakt. Je ziet dat je teamleden zelf ook struggelen om alle ballen in de lucht te houden.

HERKEN JE DIT?

- Je wilt nu wel weer eens meer aandacht voor vitaliteit. Maar hoe dan?!
- Je ziet mensen struggelen met hun energie en de spanningen stijgen.
- Je hoort je teamleden over hun onhandige patronen en wilt ze iets versterkends bieden.
- Je bent niet de enige die het échte samenwerken enorm mist.
- Hoe ga je in deze tijd een duurzaam vitaliteitsprogramma opzetten dat futureproof is, sowieso plaats kan vinden en resultaat biedt, no matter what?

HOE ZOU HET ZIJN...

- Als je nu eens niet hoeft na te denken maar gewoon kunt gaan doen? Met een top-programma, gave trainers en met een vitaliteitsexpert als aanspreekpunt. Iemand met wie je altijd kunt sparren, die betrouwbaar en professioneel is en die weet hoe je mensen en teams in beweging krijgt.
- Als je je team weer ziet opleven, in beweging ziet komen met een duurzaam, leuk en future-proof trainersteam?
- Als jij als vitaliteitsaanjager zelf ook weer kan genieten van een easy-peasy programma?

VITAMIND's 'VIT in Business Program' biedt een unieke combinatie van fysieke en online trainingen mét een vitaliteits-expert. Wij promoten beweging, kennis en enthousiasme en mixen dat met de doelstellingen en wensen van de organisatie.

DIT HOUDT PRAKTISCH IN...

- Samen met VITAMIND's vitaliteits-expert zorg je er binnen 1 week (jaaa!) voor dat al je teamleden vanuit 1 plek kunnen trainen. Online en op jullie eigen locatie. De kick-off voor het hele team is op VITAMIND's playground.
- Iedereen krijgt daar een **'echte-leeftijd-meetmoment'** en een 12-weekse doelstelling.
- In VITAMIND'S app kan men, op eigen gelegenheid, trainingen boeken, voeding loggen, challenges aangaan en informatie vergaren.
- Iedere week is er een **fysieke training op jullie locatie** die ook vanuit huis of vakantie-adres te volgen is.
- Iedere maand is er een **inspirerende (online) masterclass** over mindset, voeding en beweging.
- Deelnemers kunnen op eigen gelegenheid ook **personal training-sessies** reserveren.
- De **ecologische is afdruk is nihil** want VITAMIND traint buiten en met eigen lichaamsgewicht!



Aan het einde van VITAMIND's 'VIT in Business Program'...

voelen teamleden zich supersnel stiekem sterker worden! Het samen buiten trainen, het makkelijke inloggen in de online lessen en de energie die ontstaat zijn ongekend. De verbinding tussen teamleden neemt onbewust toe en er ontstaat meer kennis over 'hoe zorg ik goed voor mezelf in deze veranderende tijden'. Zo bouw je van binnenuit aan een stevige fundering voor de hele organisatie. En dat is wat in deze tijd zo hard nodig is!

KIES JE VOOR VITAMIND's 'VIT in Business Program' DAN KRIJG JE DIT:

- Blijere medewerkers die dankbaar zijn voor meer structuur in hun beweegpatroon
- Fittere medewerkers die door de trainingen stiekem sterker worden
- Een fijnere teamverbinding door de gezamenlijke challenges
- Minder ziekteverzuim dus minder ziektekosten
- Een compleet fitnessaanbod waar je als organisatie geen omkijken meer naar hebt
- Een shinende organisatie waar anderen ook graag willen werken

*Voordat we gaan samenwerken
leren we jou graag eerst kennen.
Wanneer schikt het jou?*

Een zieke medewerker kost een organisatie geld, dat weet iedereen. Een organisatie waar men veel ziekteverzuim heeft is geen fijne potentiële nieuwe werkgever. Echter, een teamlid dat zich fit voelt is een **inspiratie voor collega's**. Zo ontstaat er een domino-effect met fitte medewerkers. Die medewerkers vertellen anderen over hun werkgever die hen voorziet van een **tof en inclusief trainingsaanbod**, waarin je ook nog eens wat leert. Men ervaart hoe je op een verantwoorde en leuke manier kunt trainen, eten en ontspannen. En dat alles zonder gym, moeilijke recepten of strenge dieeten maar met **humor, luchtigheid en flexibiliteit**. Een organisatie die zo'n programma biedt, wie wil daar nou niet werken? **VITAMIND brengt, door het ongekende enthousiasme en de expertise, hun kennis zo over dat geen medewerker meer zonder wil, en dat laat jouw organisatie weer shinen!**

“ VITAMIND heeft een heel cool team dat ons iedere week hard laat werken, zweten en lachen” – **SHARINA DE HEER, HR MERCURE CITY AMSTERDAM**

“ De masterclass die Denise gaf was precies wat we als team nodig hadden. Het blijft een uitdaging om je met plezier en balans op je werk te kunnen focussen. Denise gaf inzicht in wat onze afleidingen waren en speelde daar met haar humor, alertheid en kennis van zaken perfect op in. Door het toepassen van die aandacht-tools ben ik mij bewust hoe ik effectiever kan werken zonder dat het me teveel energie kost”
– **TOINE, DESIGTEAM KPN**

