



„Rücken-Mobil“ Gerätegestütztes Training direkt am Arbeitsplatz

IDEEN DIE BEWEGEN

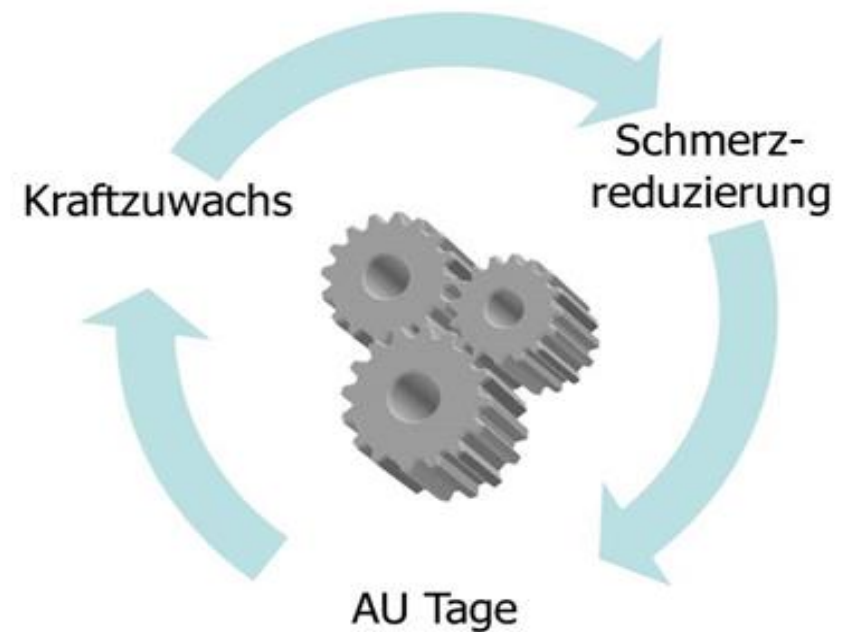
Angebot 2018

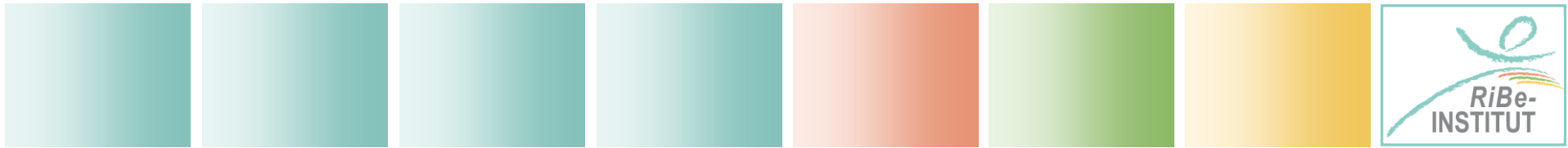
... wir stärken Ihren Mitarbeitern den Rücken! Effiziente Programme im Betrieblichen Gesundheitsmanagement zeichnen sich durch eine sehr hohe Beteiligung aus und erzielen nicht zuletzt dadurch messbare Effekte. Durchschnittlich 120 – 170 Trainings-Teilnehmer sind der Maßstab unserer Konzepte.



Gründe, die dafür sprechen:

- **Jeder 5. Krankheitstag wird durch Rückenschmerzen verursacht!**
- Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen einen hohen Zusammenhang zwischen den Kraftpotenzialen der Rücken- und Bauchmuskulatur und Rückenschmerzen.
- Mit unserem Programm erreichen wir einen effizienten Kraftaufbau direkt am Arbeitsplatz.
- Kosten für rüchenschmerzbedingte AU-Tage werden um bis zu 40% gesenkt.





Ergebnisse, die dafür sprechen*:

Beteiligung

Über 65%-80% der Mitarbeiter in den angesprochenen Arbeitsbereichen

Bauchmuskulatur

vorher: nur 40% erreichen die Normkraftwerte

nachher: 80% erreichen mindestens die Normkraftwerte

Tiefe Rückenmuskulatur

vorher: nur 50% erreichen die Normkraftwerte

nachher: über 80% erreichen mindestens die Normkraftwerte

Balance Rumpfmuskulatur

vorher: 70% haben eine deutliche Dysbalance

nachher: 70% haben ein ausbalanciertes Kraftverhältnis

Rückenbeschwerden

Weniger Beschwerden im Rücken und schnellere Regeneration bei Beschwerden

Krankheitstage

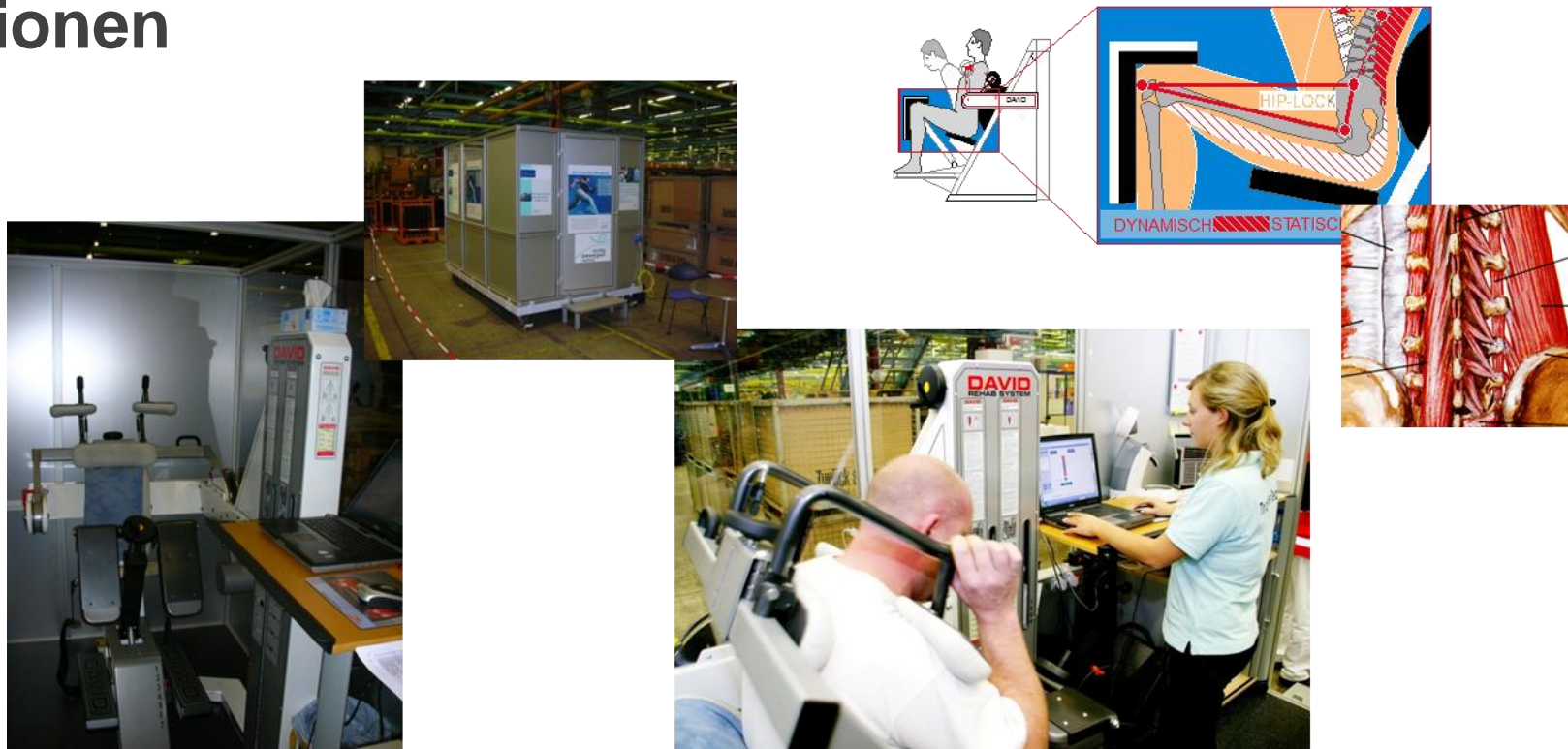
Deutliche Reduzierung der AU-Tage wegen Rückenbeschwerden

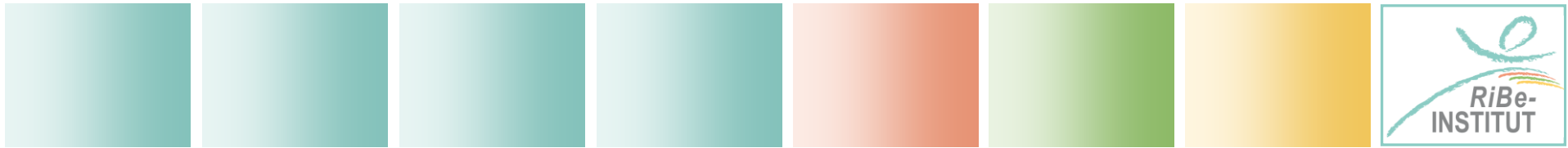
*Pilotprojekt bei einem Heidelberger Unternehmen: Diese Ziele wurden innerhalb von 12 Wochen erreicht!

Projektstruktur

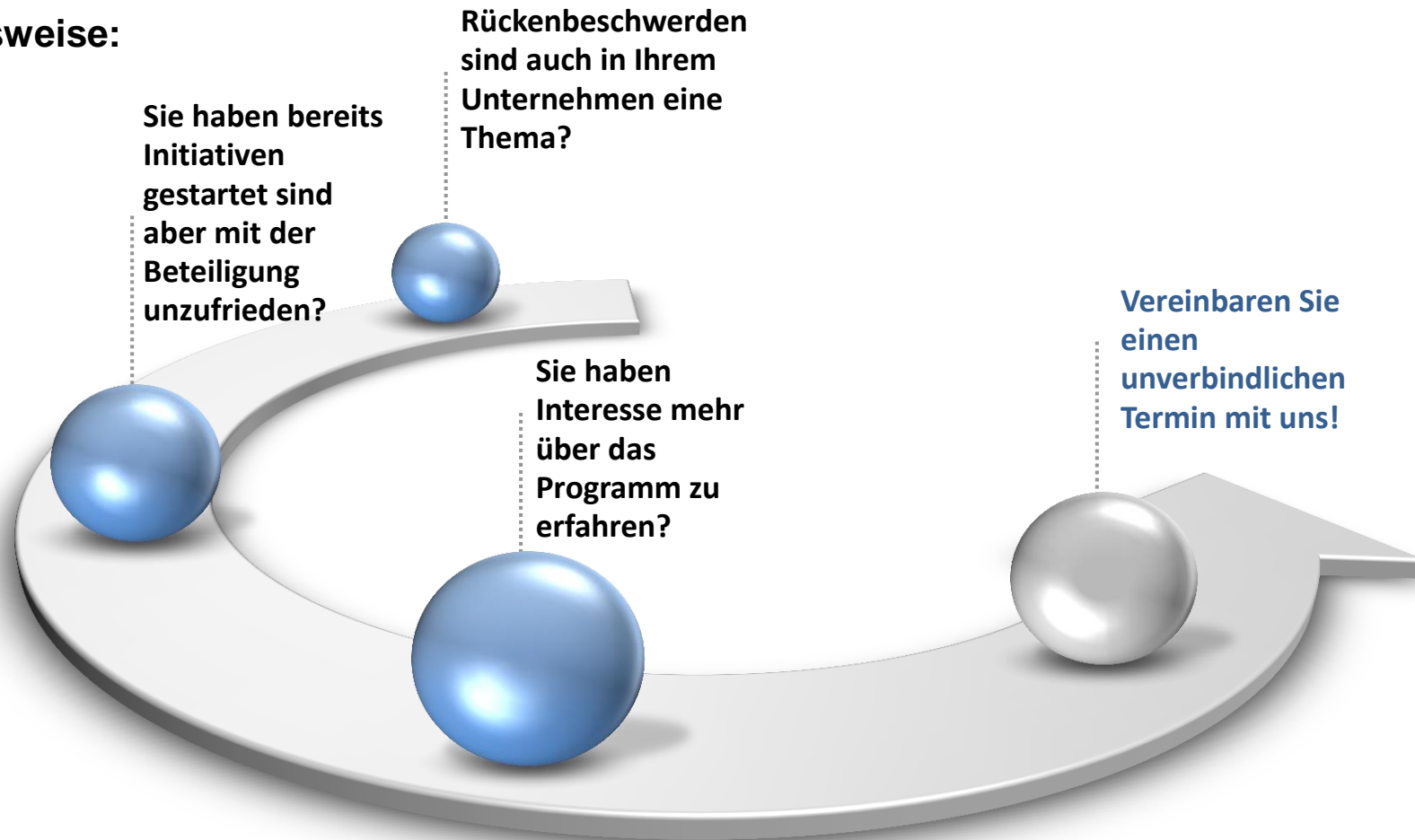


Impressionen



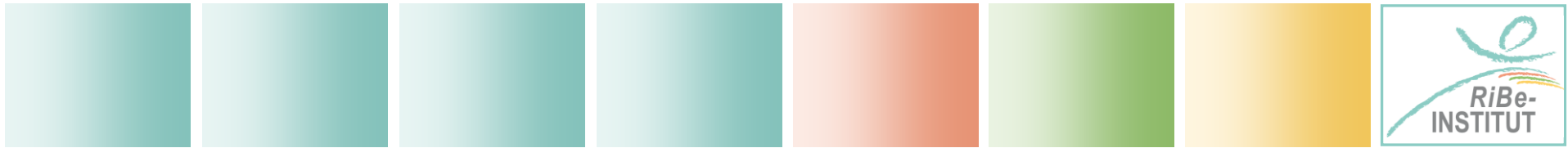


Vorgehensweise:



Bereits erfolgreiche Rückenmobileinsätze:





Ihr Ansprechpartner:

Dr. Klaus Weiß

RiBe-INSTITUT GmbH

Blumenstr. 1

76669 Bad Schönborn

Tel.: 01755811777

E-Mail: BGM@ribe-institut.de

