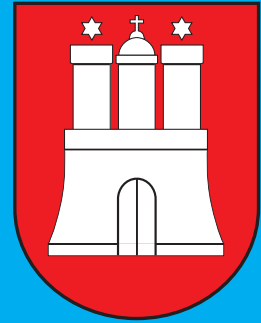




Die Gesundheitsstudios

Hamburg macht den Gesundheitsführerschein



„Der Gesundheitsführerschein passt gut zu Hamburg. Mit dem Gesundheitsführerschein unterstützen Sie nicht nur aktiv Ihre Gesundheit, sondern auch die Uwe Seeler Stiftung. So sorgen wir alle gemeinsam für ein gesundes Hamburg.“

U UWE
S SEELER
STIFTUNG

**Zitat Uwe Seeler,
Vorstands-Vorsitzender
der UWE SEELER STIFTUNG**

www.DieGesundheitsstudios.de

Hamburg macht den Gesundheitsführerschein – Sie auch!

„Kranke Mitarbeiter verursachen hohe Kosten. So geht die Bundesanstalt für Arbeitsmedizin von 73 Milliarden Euro Verlust pro Jahr in der Bruttowertschöpfung in Deutschland aus.“

**Fritz Horst Melsheimer,
Vizepräsident der Hamburger Handelskammer,
auf einer Veranstaltung „Fit in Hamburg“**

Machen Sie Ihre Firma fit!

So einfach können Sie dieses Ziel effektiv und vor allem kostengünstig umsetzen: Motivieren Sie Ihre Mitarbeiter zum **Gesundheitsführerschein!** Initiiert und durchgeführt wird dieser Krankenkassen geförderte Präventionskurs von 9 Hamburger Fitness- und Gesundheitsstudios. In dem 8-10 wöchigen Kurs wird den Teilnehmern das Wissen um Bewegung und die Freude an einem ausgewogenen Gesundheitstraining vermittelt.

Der Kurs befähigt die Teilnehmer, ihren eigenen Körper besser zu verstehen, Körpersignale richtig zu deuten und mit den erworbenen Kenntnissen gesünder zu leben. Zugleich bekommt man durch diesen Kurs einen Motivationsschub und eine Anleitung für ein ausgeglicheneres Leben. Da zu Beginn und zum Ende ein aus-

führlicher Fitnesscheck durchgeführt, verglichen und besprochen wird, kann der Teilnehmer seinen persönlichen Trainingsfortschritt verfolgen. Durch die Vorlage der Teilnahmebestätigung bei der Krankenkasse des Teilnehmers wird außerdem i. d. R. ein Großteil der Kursgebühr von dieser zurück erstattet.

Jeder Betrieb der den **Gesundheitsführerschein** anbietet, tut zweifach Gutes: zum Einen fördert er die Gesundheit und damit die Leistungsfähigkeit seiner Mitarbeiter und zum Anderen unterstützt er damit die Uwe Seeler Stiftung, die diese Kampagne das ganze Jahr über begleitet.

Hamburg macht den Gesundheitsführerschein – machen Sie mit!

Steuerfreie Gesundheitsförderung:

Leistungen und Zuschüsse des Arbeitgebers zur Förderung der Gesundheit sind bis zu einem Betrag von 500,- € je Arbeitnehmer jährlich steuerfrei (§ 3 Nr. 34 EStG) sowie sozialversicherungsfrei (§ 1 Abs. 1 Satz 1 Nr. 1 Soz.Vers. Entgeltverordnung).

*Begünstigt hierbei sind konkrete Maßnahmen, die die Anforderungen des Präventionsleitfadens erfüllen, welches für den **Gesundheitsführerschein** als §-20 Kurs vollständig zutrifft.*



Im Wettbewerb auf der Überholspur!

■ **Wettbewerbsfähigkeit:**

Der Gesundheitsführerschein steigert:

- die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit
- die Gesundheitskompetenz
- die Belastbarkeit
- die (Arbeits-)Motivation sowie
- die Arbeitszufriedenheit Ihrer Mitarbeiter.

■ **Sozialverpflichtung:**

Der Gesundheitsführerschein senkt:

- die Beschwerde- und Krankheitshäufigkeit
- die Krankheitskosten.

■ **Ansehen/Image:**

Der Gesundheitsführerschein verbessert:

- intern und extern Ihr soziales Image
- das Betriebsklima in Ihrem Unternehmen.

**Stärken Sie Ihre Mitarbeiter –
Stärken Sie Ihr Unternehmen**

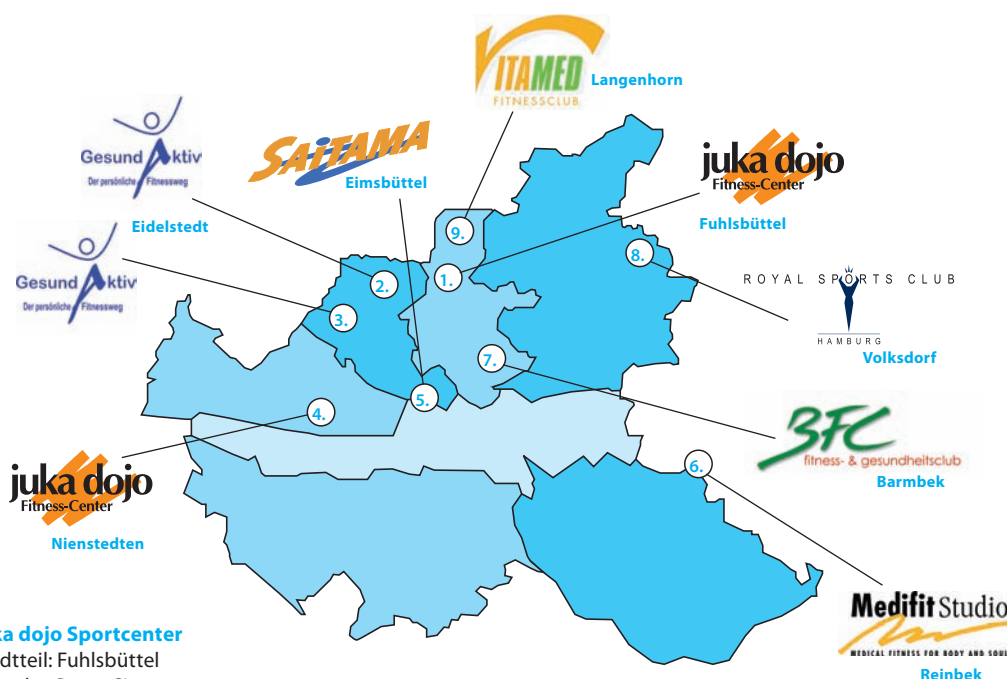
Hamburgs Gesundheitsstudios im Überblick.

Geballte Kompetenz in ganz Hamburg.

Die Mitgliedschaft im Verbund „die Gesundheitsstudios“ ist ein Garant für **höchste Qualitätsansprüche**. Die Betreuung der Mitglieder steht genauso im Mittelpunkt wie die persönliche Atmosphäre, durch die sich die Mitglieder langfristig wohlfühlen und ihre **Ziele sicher erreichen**.

Die Gesundheitsstudios sind alle weit **über 25 Jahre am Markt** vertreten – eine Erfahrung, von der alle Teilnehmer des Gesundheitsführerscheins profitieren. Kompetenz durch Erfahrung – bestimmt auch in Ihrer Region.

Rufen Sie uns an – wir freuen uns auf Sie!



- 1. juka dojo Sportcenter**
Stadtteil: Fuhlsbüttel
Kontakt: Georg Sieger
Tel.: (0 40) 50 10 41 / www.juka-dojو.de
- 2. GesundAktiv-Zentrum**
Stadtteil: Eidelstedt/Niendorf
Kontakt: Stephan Bauer
Tel.: (0 40) 571 00 91 / www.gesundaktiv-in-eidelstedt.de
- 3. GesundAktiv-Zentrum**
Stadtteil: Eidelstedt/Lurup
Kontakt: Marcus Dommasch
Tel.: (0 40) 57 00 07 15 / www.gesundaktiv-in-eidelstedt.de
- 4. juka dojo Sportcenter**
Stadtteil: Nienstedten
Kontakt: Ralf Trierweiler
Tel.: (0 40) 82 58 41 / www.juka-dojو.de
- 5. Saitama Fitnessstudio**
Stadtteil: Eppendorf/Eimsbüttel
Kontakt: Bernd Pietralcyk, Christiane Sülter
Tel.: (0 40) 44 46 28 / www.saitama.de
- 6. Medifit Studio**
Stadtteil: Reinbek
Kontakt: Benjamin Heppner, Christos Georgouloupoulos
Tel.: (0 40) 727 83 83 / www.medifit-studio.de
- 7. body fit company**
Stadtteil: Barmbek-Winterhude
Kontakt: Rüdiger von Thien
Tel.: (0 40) 29 11 99 / www.bodyfit.de
- 8. Royal Sports Club**
Stadtteil: Volksdorf
Kontakt: Armin Schwencke, Victor Schwencke
Tel.: (0 40) 609 18 00 / www.royalsports.de
- 9. Vitamed Fitnessclub**
Stadtteil: Langenhorn
Kontakt: Peter Bensberg
Tel.: (0 40) 53 32 03 70 / www.Vitamed-Hamburg.de