



AB SOFORT KEINE AUSREDEN MEHR NÖTIG! VITA&MORE

**Neue Verwendung für faule Ausreden gesucht?
Vielleicht in der anderen Abteilung – hier wird auf vita&more gesetzt!
Der neue Ansatz von vita-life®, wie „Gesundheit in Betrieben“ auch
langfristig funktionieren kann, überzeugt mit seinen zahlreichen
Erfolgsfaktoren und versetzt Ausreden in andere Abteilungen!**

Wer früher das Stichwort „Betriebliche Gesundheitsförderung“ in den Raum warf, wurde relativ schnell von einer Ausredenflut überschwemmt. Kaum ein Mitarbeiter will während der Mittagspause Ort und Klamotten wechseln, schwitzen oder komplizierte Übungen machen, und auch in der Gruppe stellt sich bei gemeinsamen Atemübungen die gewünschte Tiefenentspannung eher nicht ein. Und wenn schon der Vorgesetzte bei der zweiten Einheit nicht aufschiebbar andere Termine hat, dann ist die Motivation schnell dahin. Genau diese Probleme machen vita&more so einfach, effektiv und erfolgreich. Denn es gibt sie dort nicht.

Wie einfach ist das denn?

Einfach, schnell integriert in den Arbeitsalltag und ... unkompliziert! Denn es kombiniert die besten und innovativsten Techniken und Methoden, bietet maximalen Nutzen bei minimalem Aufwand und sorgt für Gesundheit und Wohlbefinden von „Innen“ heraus, sprich auf Zell-Basis. Die Komponenten Bewegung (Movement) und Entspannung (Relaxation) werden zusammengefügt: „Schwingen statt Springen“ bringt durch sanfte, aber hochintensive Übungen den Zellstoffwechsel in positiven Stress und als Ausgleich folgt die Tiefenentspannung und (Wieder-)Herstellung der Balance.

Die Erfolgsfaktoren? Es sind zwei!

„Schwingen statt Springen“ auf dem Rebound® original Trampolinen by cre@more J4J network. Laut einer NASA-Studie mit Albert Carter sind „10 Minuten auf Rebound® effektiver als 1 Stunde Laufen.“ Es verbessert die Sauerstoffversorgung, Lymphzirkulation, uvm., ist unmittelbar einsatzbereit, flexibel und platzsparend.

Auf dem vita-life® R-System sorgt die Magnet-Resonanz-Stimulation für eine Verbesserung von Durchblutung, Sauerstoffversorgung & Zellstoffwechsel. Zudem werden die Muskulatur entspannt und gelockert, Schmerzen reduziert, die Schlafqualität gefördert und die psychische Stabilität verbessert. Besonders hervorzuheben ist die Reduktion von Stresseinwirkung und deren körperlichen und seelischen Folgen.

Was braucht es also wirklich, um Ausreden die lange Nase zu zeigen?

Ganz easy: die Bereitschaft, etwas im Bereich Gesundheit im Unternehmen TUN zu wollen, die Zeit und den Platz dafür (den gibt es in jedem Unternehmen) sowie die Bereitschaft „out of the box“ zu denken.

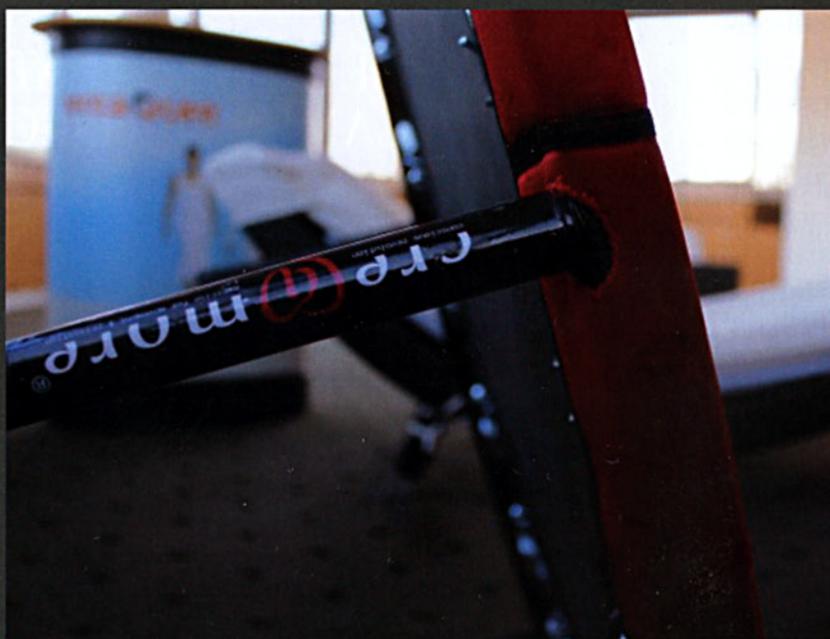
Für vita&more findet der innovative und auf die Cellness® Philosophie zurückzuführende Ansatz zur Gesundheitsförderung zwei international renommierte Partner: vita-life® und CRE@MORE.

more.vita-life.com
more@vita-life.com

vita&more ist eine neue Marke und Gemeinschaftsprojekt von Ingrid Brandstötter, CEO von vita-life® und Prof. Cristiano Verducci, CEO von CRE@MORE.

„Wir wollten uns nicht in die Riege der klassischen Anbieter für betriebliche Gesundheitsvorsorge einreihen“, so Ingrid Brandstötter. „Bei einer inspirierenden Zusammenarbeit ist ein einzigartiges Konzept entstanden - und eine Freundschaft“.

„Ich war sofort überzeugt von einer Zusammenarbeit. Denn unsere Unternehmen schätzen und leben die gleichen Werte: ein Leben mit der Natur und Respekt vor ihr. Die Kraft der Gedanken und einem langen, gesunden Leben in dem man selbst für Gesundheit, innere und äußere Schönheit, Zufriedenheit und Glück zuständig ist. Daraus musste einfach ein ganz besonderes Konzept entstehen“, so Prof. Cristiano Verducci.



Albert E. Carter Said It; NASA Confirmed It!

„Rebound exercise is the most efficient, effective form of exercise yet devised by man.“

The Miracles of Rebound Exercise; Carter, Albert E.; The National Institute of Reboundology and Health, Inc. Edmonds, Washington, 1979.

NASA says,
..... for similar levels of heart rate and oxygen consumption, the magnitude of the biomechanical stimuli is greater with jumping on a trampoline than with running, a finding that might help identify acceleration parameters needed for the design of remedial procedures to avert deconditioning in persons exposed to weightlessness. „

The above statement is one of several made in a scientific study published in the Journal of Applied Physiology 49(5): 881-887, 1980, which confirms many of the statements previously made in The Miracles of Rebound Exercise, 1979. The research was performed by the Biomechanical Research Division, NASA-Ames Research Center, Moffett Field, California, in cooperation with the Wenner-Gren Research laboratory, University of Kentucky, Lexington, Kentucky.