



***G&S hilft Ihnen Gesundheit zu leben.
Starten wir gemeinsam!***

Ihr Team aus der betrieblichen Gesundheitsförderung



Hudtwalckerstraße 11
22299 Hamburg



(040) 2000 643 70
Fax: (040) 2000 643 89



www.gs-hamburg.de
info@gs-team.de



G&S GmbH

Gesundheit und Sicherheit
für Betriebe GmbH



Bewegung

Mit G&S zu mehr Bewegung



Beweg dich gesund!

Bewegung hält fit und steigert die Leistung!

Handlungsbedarf besteht vor, während, oder nach der Arbeit – denn eine Aktivierung der Mitarbeiter steigert das Wohlbefinden und beugt Haltungsschäden vor.

Kräftigung zum Lösen von Verspannungen und kräftigen der Muskulatur

Aktive Pause für einen klaren Kopf und gesteigerte Produktivität

Mobilisation/Dehnung Fehlhaltungen vorbeugen

Unsere Angebote:

- Aktive Pause
- Laufen/Nordic Walking
- Funktionelles Training
- Rücken Fit
- Yoga uvm.

Die G&S GmbH

- Berät Sie gerne zu individuellen und passenden Maßnahmen
- Übernimmt die Planung und Durchführung der geplanten Maßnahmen
- Bietet aktive Pausen an

Ihre Investition zahlt sich aus, denn:

- Ihre Mitarbeiter werden leistungsfähiger
- Die Motivation steigt
- Beschwerden wird vorgebeugt
- Leistungsausfälle verringern sich



Wir unterstützen Sie!