



PAYOM
KÖRPERANWALT

Team-Event

Ein Team ist genau so stark wie das schwächste Glied.

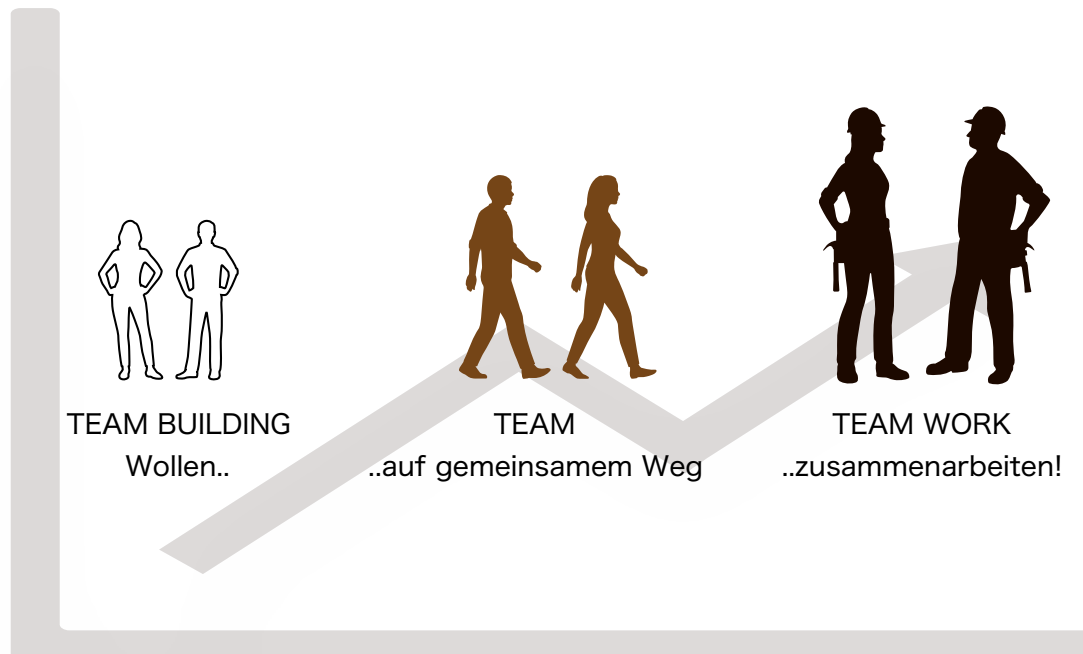


WALDORF ASTORIA
BERLIN



WORKHOP

Das Projektziel ist der Weg zum Erfolg.



Ohne Ziel kein Weg. Effektivität im Team setzt voraus, eine Richtungsvorgabe mit klarer Zielsetzung zu haben. Klare Ziele sind SMART: **S**pezifisch, **M**essbar, **A**traktiv, **R**ealistisch und **T**erminierbar.

Nach der Teamzusammensetzung, geht es beim Training, ein gemeinsames Fitnessziel zu erreichen. z.B. Energieverbrauch/Stunde! Dann eine Strategie (der Weg) mit dem Smart-Coach besprechen, planen und terminieren. Die Zusammenarbeit an dem Projekt „Erfolg“ besteht darin, auch das schwächste Glied an der gemeinsamen Arbeit effektiv zu integrieren. Dabei werden die Vitaldaten aufgezeichnet (HR /HRV) bzw. die wichtigen Parameter ausgewertet, dokumentiert und interpretiert.



PAYOM
KÖRPERANWALT

Von WORKSHOP zum WORKOUT

Exklusives Trainingslager für Unternehmen.

W
WALDORF ASTORIA
BERLIN
★★★★★
WORKSHOP



Preise / Pro Team

1. Ab 3 - 5 Personen, 538 € + MwSt.
2. Ab 6 - 10 Personen, 689 € + MwSt
3. Ab 11 - 20 Personen, 989 € + MwSt
4. Ab 21 Personen , 1219 € + MwSt

Workshops & Events-Angebote

-

Zeitmanagement

Ernährungsmanagement

Stressmanagement via LifeStyle Assessment

Verkaufstraining via FitnessDataCommunication