

AUF DIE PLÄTZE, FERTIG, LOS!

Fordern Sie Ihre Kollegen/innen heraus!

Der virtuelle
Gehwettbewerb
mit 10.000 Schritten
am Tag Probieren
Sie es aus!



Für die Gesundheit Ihrer Mitarbeiter/innen: Mehr Bewegung, Spaß und Teamgeist bei der Arbeit **Virtuelle Gehwettbewerbe mit tappa.de**

Das Konzept aus Schweden, welches Sie und Ihr Unternehmen in Schwung bringt

Starten Sie jetzt Ihren Firmen-Gehwettbewerb! Gesundheitsförderung soll Spaß machen und niederschwellig sein, nur dann wirkt sie nachhaltig und erreicht einen großen Anteil der Beschäftigten. Mit einem Gehwettbewerb bringen Sie Ihre Mitarbeiter/innen in Bewegung, fördern die Gesundheit, den Teamgeist, die Motivation, die Kommunikation und ein gutes Arbeitsklima.

Drei gute Gründe:

1 GESUNDHEIT

Eine Person, die eine sitzende Tätigkeit ausübt, geht ca. 5.000 Schritte am Tag. Bereits 5.000 zusätzliche Schritte wirken sich positiv auf die Gesundheit aus und mindern das Risiko zu erkranken.

2 TEAMGEIST

Ein Gehwettbewerb steigert die Gemeinschaft und den Zusammenhalt am Arbeitsplatz. Die Kolleg/innen schließen sich in Teams zusammen und motivieren sich gegenseitig.

3 WIRTSCHAFTLICHKEIT

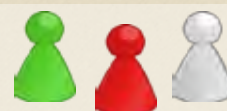
Gesundheit und ein guter Teamgeist fördern die Motivation und Leistungsfähigkeit. Das führt zu einer Steigerung der Produktivität. Ein Gehwettbewerb ist immer eine lohnende Investition!

Profitieren Sie von unserer Erfahrung...

aus vielen betreuten Gehwettbewerben, wobei die Größten Teilnehmerzahlen über 10.000 Personen hatten - auch das hat tappa.de gemeistert. Wir begleiten Sie in der Planung und Organisation vom ersten Tag an. Optimal sind zwei bis drei Monate Zeit vor Start des Wettbewerbs.



Teamplayer gesucht!



Sportliche Aktivitäten zählen!



**Jede/r kann mitmachen –
unabhängig von Alter,
Geschlecht und
Fitnesslevel!**



Fordern Sie Ihre Kollegen/innen heraus!

Bestimmen Sie den Zeitraum und die Strecke. Den Rest übernehmen wir für Sie.

- ★ Planung und Organisation
- ★ Programmierung: Strecke und Wettbewerbsseite
- ★ Erstellung, Druck und Versand einer Broschüre zur Bewerbung Ihres Events (ab 300 Beschäftigte; digitales Handout ab 50 Beschäftigte)
- ★ Onlineanmeldung für Ihre Mitarbeiter/innen (ab 100 Beschäftigte)
- ★ Versand der Startersets inkl. Schrittzähler
- ★ Sprachoptionen für internationale Organisationen
- ★ Artikel und Newsletter zu Gesundheitsthemen
- ★ Teilnehmerumfrage, Abschlussbericht inkl. Evaluation

APP für IOS
und ANDROID
tappa.de/app
für Tablets
tappa.de/mobile



Ihre individuelle Firmen-Wettbewerbsseite hat zahlreiche motivierende Funktionen:

STATISTIKEN, INTERAKTIVE KARTE, BONUSSTECHE,
VERSCHIEDENE TOP-LISTEN, BMI-RECHNER, AKTIVITÄTEN-
TOOL, FORUM, URKUNDE BEIM ZIELEINLAUF

Der öffentliche "TappaLauf"

Den TappaLauf bieten wir jedes Jahr im Frühjahr und im Herbst an. Er richtet sich an kleine bis mittelgroße Unternehmen, öffentliche Institutionen, Privatpersonen und Teams (keine Mindestgröße).



Mehr als 100 Aktivitäten zählen



Verfolgen Sie Ihre Fortschritte und die Ihrer Teammitglieder auf der Karte und in den Top-Listen!

Warum tappa.de?

Eine Aktion, die alle bewegt!

Unser Konzept hat bereits fast zwei Millionen Menschen aus ganz Europa zu einem gesünderen und aktiveren Lebensstil motiviert.

PASSEND FÜR ALLE

Es ist leicht in den Alltag integrierbar, macht Spaß, motiviert, ist für alle geeignet und bringt auch die Bewegungsmuffel in Schwung. In Unternehmen erreichen wir Teilnahmequoten von durchschnittlich 60 % der Belegschaft (je nach Branche variabel).

TEAMGEIST & ARBEITSKLIMA

Mit dem Gehwettbewerb haben die Mitarbeiter/innen ein bewegendes Thema, das sie miteinander verbindet und welches gleichzeitig zu einem lebendigen Arbeitsklima beiträgt.



82%

der Teilnehmer/-innen waren während des Wettbewerbs aktiver als zuvor.



tappa.de GmbH • Josephinenstraße 27 • D-23554 Lübeck

Ihr individuelles Angebot

Die Preise variieren je nach Teilnehmerzahl (brutto EUR 39,95 mit tappa-Schrittzähler bzw. brutto EUR 29,95 ohne Schrittzähler für einen 60-Tage-Gehwettbewerb abzügl. Mengenrabatt laut jeweils gültiger Preisstaffel).

Gerne unterbreiten wir Ihnen ein individuelles Angebot.



Infos über tappa.de und die Gehwettbewerbe:
www.tappa.de



Kontaktieren Sie uns:
T: +49(0)451 292959-0
E: info@tappa.de



Folgen Sie uns auf Facebook:
www.facebook.com/tappa.de

BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG, DIE BEWEGT