

# Movimento

**Sport- & Tanzstudio  
Hüfingen**



## **Firmenfitness**

**Gesunde Mitarbeiter für  
ein starkes Unternehmen**

# Warum Firmenfitness?

Sitzen oder stehen ihre Mitarbeiter den ganzen Tag? Sie geben nicht mehr 100% wie sie es früher gemacht haben? Ihre Mitarbeiter melden sich ständig krank oder kommen gestresst zur Arbeit? Dann haben wir für sie genau das Richtige. Das Tanz- und Sportstudio Movimento bietet ihnen eine Vielzahl an Kursen an um die Gesundheit und Ausdauer zu fördern. Wir bieten ihnen unter anderem Rücken-Fit, Step-Aerobic, Bauch-Beine-Rücken, Jumping Fitness und vieles mehr. Unser Ziel ist es, Ihnen ein professionelles und abwechslungsreiches Programm anzubieten. Das langjährige Movimento-Team garantiert Ihnen einen fachlich qualifizierten Unterricht und heißt Sie jederzeit im Studio willkommen.

## Jessica Galvagno

(Geschäftsführerin)



- Ausgebildete Sport- & Gymnastiklehrerin
- Tanzlehrerin
- Rückenschulleiterin
- Step-Aerobic-Instructor
- Jumping Fitness Instructor
- Bühnentänzerin

## Jessica Wintermantel



- Group Fitness Instructor
- Tänzerin

## Evelina Benkendorf



- Zumba Instructor
- zertifizierte SuperMAMAFitness-Trainerin

## Milena Bossick



- Dipl. Tanzpädagogin
- Zertifizierte Faszien-Trainerin
- Tänzerin

## Alessio Galvagno



- Jumping Fitness Instructor
- Jumping Fitness Kids

## Heribert Suppanz



- Master of Science in Osteopathy
- Heilpraktiker
- Ayurvedic Practitioner
- Yoga-Lehrer

# **Firmenfitness:**

## **Ein Gewinn für Unternehmen und Mitarbeiter**

### **Unternehmen**

- // Einsparung durch niedrigeren Krankenstand / Einsparung Lohn- und Nebenkosten
- // Harmonisches Arbeitsumfeld durch ausgeglichene Mitarbeiter
- // Höhere Produktivität durch verbesserte Leistungsfähigkeit
- // Geringere Fluktuation durch stärkere Mitarbeiterbindung
- // Positives Image nach innen und außen

### **Mitarbeiter**

- // Bessere FITNESS und Stressabbau
- // Gesundheit und Prävention
- // Mehr Wohlbefinden und Selbstvertrauen
- // Höhere Motivation und mehr Lebensqualität



# ***Was bietet Ihnen das Tanz- und Sportstudio?***

Seit 7 Jahren sind wir für Sie in Bewegung. Sport- und Tanzstudio Movimento steht für Bewegung und Lebensfreude. Unser Ziel ist es, Ihnen ein professionelles und abwechslungsreiches Programm anzubieten. Ihr Beitrag ist bei uns in guten Händen. Sie haben die Auswahl über 20 verschiedene Kurse pro Woche. Sie können jederzeit ohne Termin Ihre Probestunde einlösen. Das langjährige Movimento-Team garantiert Ihnen einen fachlich qualifizierten Unterricht und heißt Sie jederzeit im Studio willkommen.

## ***Sie möchten wissen welche Kurse unser Sportstudio anbietet?***

### ***Hier bekommen sie einen kurzen Überblick:***

**Bauch-Beine-Po:** Gezielte Kräftigung für Bauch, Bein- und Gesäßmuskulatur.

**Fit & Gesund Zirkeltraining:** Effektives Ganzkörpertraining unter Einweisung des Trainers. Verbessert zusätzlich die Ausdauer und das Herz-Kreislaufsystem.

**Rücken-Fit:** Ein Gesundheitskurs mit dem Ziel die muskulösen Disbalancen auszugleichen, die Haltung im Alltag zu verbessern und die Entspannungsfähigkeit zu steigern.

**Jumping Fitness:** Jumping Fitness fördert Kondition und verbessert die Koordination. Das intensive Intervalltraining formt und kräftigt den Körper.

**Step and BBR:** Straffung für Beine und Co.. Schnell erlernbare Aerobic-Choreographien setzen tänzerische Akzente. Ein effizientes Training durch höhenverstellbare Stufen mit den Zielen: Straffung, Kräftigung, Fettverbrennung und Herz-Kreislauf-Training

**Body-Mix:** Ein effektives Training, wobei individuell anpassbare Gewichte verwendet werden, um Muskeln zu straffen und die Ausdauerleistungsfähigkeit zu verbessern.

**Step & Body:** Herz-Kreislauf-Training mit dem Step-Brett wird kombiniert mit Kräftigungsübungen.

**Stretch & Relax:** Ausgiebige Dehnungsübungen mit anschließender Entspannung bspw. Traumreise, Musik etc.

Das und vieles mehr bieten wir Ihnen in unserem Studio an. Gerne können Sie sich persönlich oder auch im Internet weitere Kurse anschauen.

# Deal or no Deal?

## Ihr Weg zum Vertragsabschluss



**Kontaktieren Sie uns:** Sie erreichen uns per E-Mail an [f.galvagno@gmx.de](mailto:f.galvagno@gmx.de) oder telefonisch unter **0152-01878022**



**Individuelle Lösungen:** Gemeinsam erstellen wir ein passgenaues Angebot für Ihr Unternehmen und Ihre Mitarbeiter.



**Das passt:**

Stimmen alle Rahmenbedingungen, schließen wir einen Vertrag ab, den wir Ihnen zur Unterschrift zusenden, den sie monatlich jederzeit kündigen können.

# Movimento

**Sport- & Tanzstudio  
Hüfingen**

**Tanz- & Sportstudio Movimento**  
Jessica Galvagno (Inhaberin)

Bahnhofstraße 10 D, 78183 Hüfingen

Tel.: 0152 01878022

E-Mail: [f.galvagno@gmx.de](mailto:f.galvagno@gmx.de)

Web: [www.studio-movimento.de](http://www.studio-movimento.de)