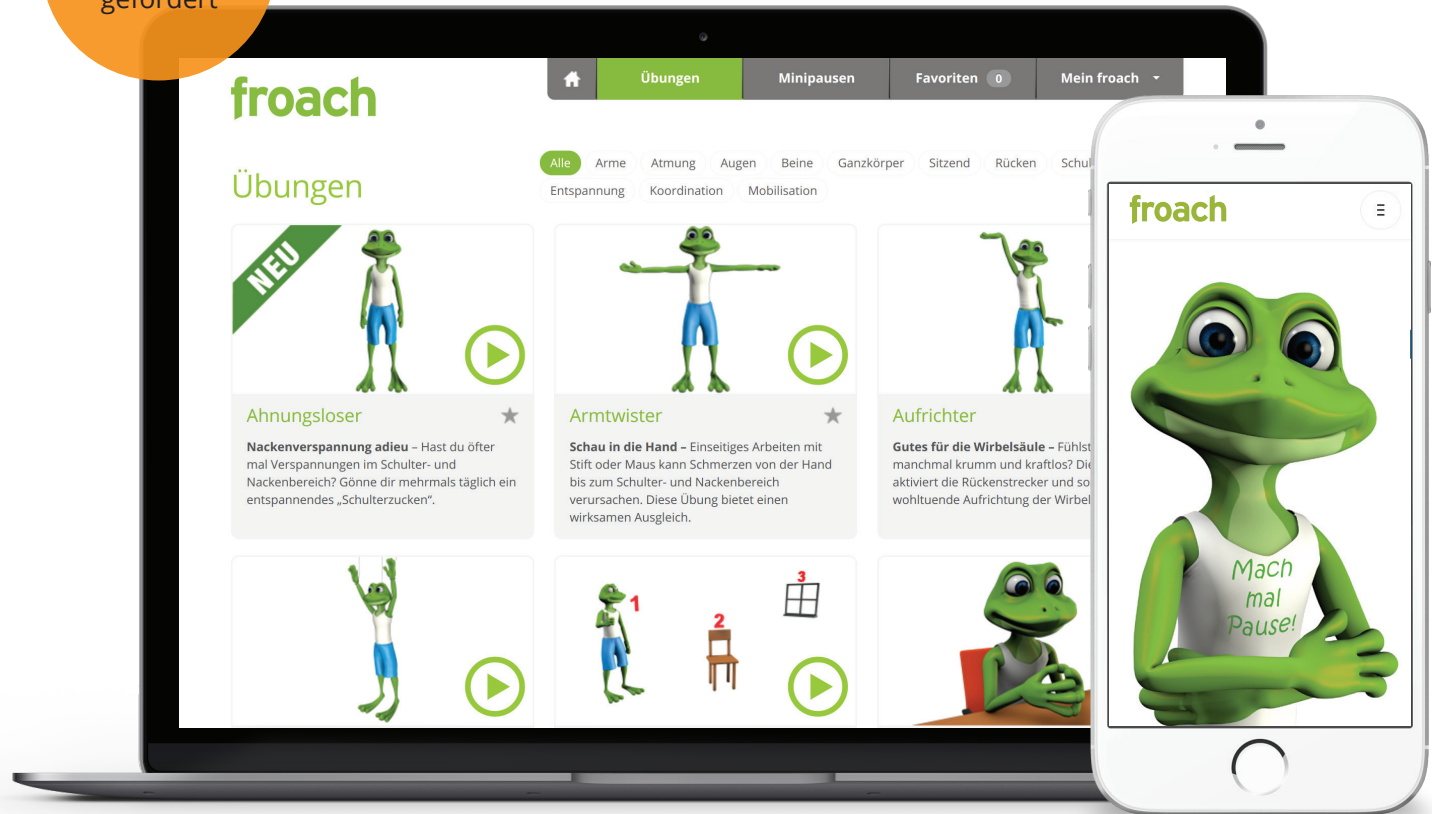


von
Krankenkassen
gefördert



froach - wirksame Minipausen am Arbeitsplatz

froach ist der digitale Begleiter, der für mehr Bewegung, Regeneration und Entspannung im Alltag sorgt. Die froach-Übungen befähigen die Mitarbeiter selbstständig, ortsunabhängig und situativ etwas für Ihre Gesundheit zu tun.

froach-Entspannungsübungen geben die Möglichkeit für niedrigschwellige Achtsamkeitsmomente. Je nach Bedürfnis kann jeder Mitarbeiter die Übungen individuell für die tägliche Minipause auswählen und sofort umsetzen.

www.froach.de



Webbasiert

Immer und überall Zugriff - ohne Installation



Vielfalt statt Einfach

froach stellt bis zu 60 unterschiedliche Übungen bereit



Unauffällige Fitmacher

Dezente Übungen auch für Großraumbüros geeignet



Individuell wie Ihre Mitarbeiter

froach bietet personalisierte Nutzungsmöglichkeiten



Zielorientiert

Mit der Tages-, Wochen- und Monatsstatistik dem Ziel näher kommen



Mobil und im Web

Immer und überall Zugriff - auch unterwegs mit dem Smartphone oder von Zuhause



Immer up-to-date

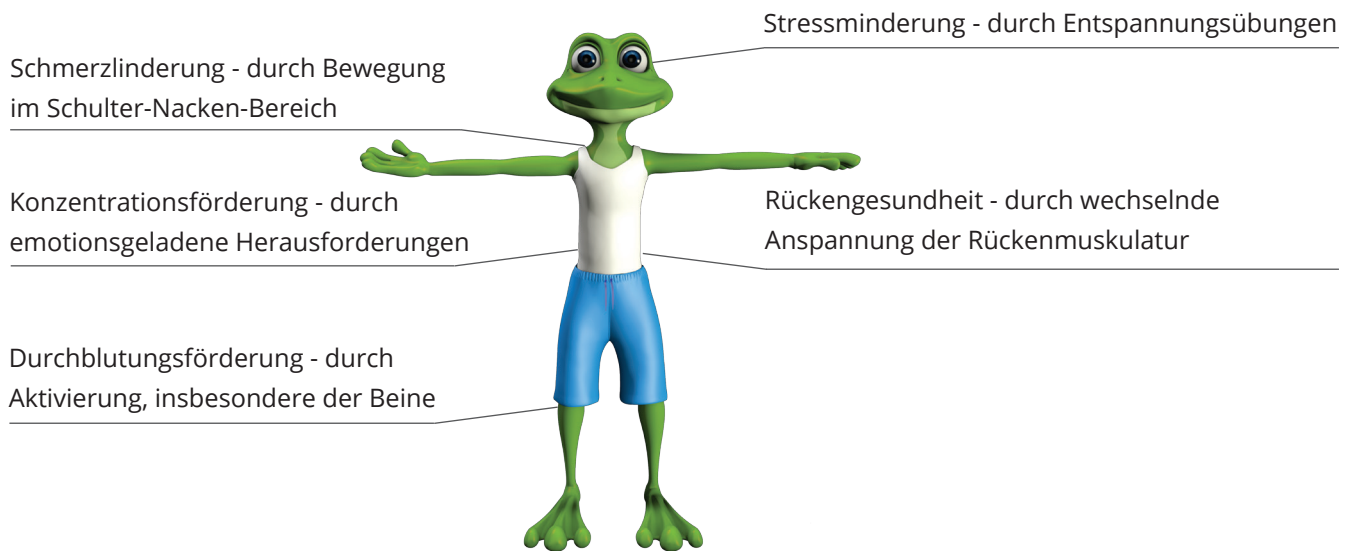
Mit neuen Übungen, Gesundheitstipps und dem Newsletter bleibt es spannend



Kostenloser Demozugang:

froach.de/demo

Was kann froach für Sie tun?



Fünf gute Gründe froach ins Büro zu holen:

- 1 Online-Plattform mit integrativem Ansatz - charmante Figur als Ergänzung zum persönlichen Bewegungstrainer im Unternehmen
- 2 Hochwertige Übungen von Sportwissenschaftlern, BGM-Experten, Physiotherapeuten und Psychologen entwickelt
- 3 Ganzheitlich üben - jede Übung kombiniert Bereiche wie Aktivierung, Koordination, Mobilisation und Entspannung
- 4 Leichte Integration in Ihr Unternehmen als schlanke Anwendung oder mit zusätzlichen Aktivierungstools
- 5 froach passt in viele Arbeitswelten und ist organisations- und kosteneffizient



„Unsere Mitarbeiter sind zufriedener und produktiver. Win-Win!“

Ausgewählte Referenzen



KONTAKT

+49 30 679 508 40
info@froach.de

