

Ruderergometer

Nur langweilig vor und zurück rudern?! Nicht mit uns! Mit dem Ruderergometer kann man nicht nur alleine seine körperliche Fitness steigern, sondern auch im Wettkampf gegeneinander antreten. Durch die Möglichkeit, zwei Ruderergometer miteinander zu verbinden, entsteht ein Wettkampfgefühl, was den Spaßfaktor besonders hervorhebt.

Dennoch sensibilisiert es die Teilnehmer zu den Themen Bewegung, Ausdauer und körperlicher Fitness und kann die Aufmerksamkeit auf weitere gesundheitsförderliche Maßnahmen im Unternehmen lenken.

Nutzen:

- spielerische Messung der allgemeinen Fitness
- Erkenntnisse zum eigenen Fitnesslevel durch direktes Feedback von Experten
- Erlebnis mit Kolleginnen und Kollegen

Umsetzung:

- Spielzeit pro Teilnehmendem: ca. 5 Minuten
- 2 Teilnehmer gleichzeitig möglich
- Geeignet für „Laufkundschaft“ oder laut Teilnehmerliste
- Ausschlusskriterien: U-12 Jahre, über 227 kg Gewicht
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 9 Stunden zzgl. Auf-/Abbau und inkl. Pause
- Platzbedarf: ca. 10 m², Stromanschluss
- Achtung Großmodul: ggfs. Unterstützung bei Entladung und Positionierung benötigt
- Personalbedarf: der Experte von Aktivital ist im Modulpreis inkludiert

Wir machen Entwicklung. Erlebbar.

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. info@aktivital.org