

企業向け健康プログラム

長野県上伊那地域企業様対象

健康経営運動プログラム のご案内

当プログラムによる効果



運動が
習慣になる



仕事効率が
上がる



仕事のスイッチが
入る



身体が軽くなり
スッキリする

健康な社員が
企業の力に!

健康プログラムの内容

1

健康経営アセスメント
(ヒアリング)



現状の課題を把握し、
最適なプログラムをご提案します。

2

職場を訪問し
運動プログラム提供



専門のコーチが職場に伺い、
運動プログラムを実施します。

3

自宅でも手軽に行える
ストレッチ



動画作成など、継続できる
仕組みもご用意しています。



まずはお問い合わせを



電話

0265-95-4081

プログラム



60分

ストレッチ及び
エクササイズ

初回ご体験価格

11,000円(税込)

※各月1社限定