



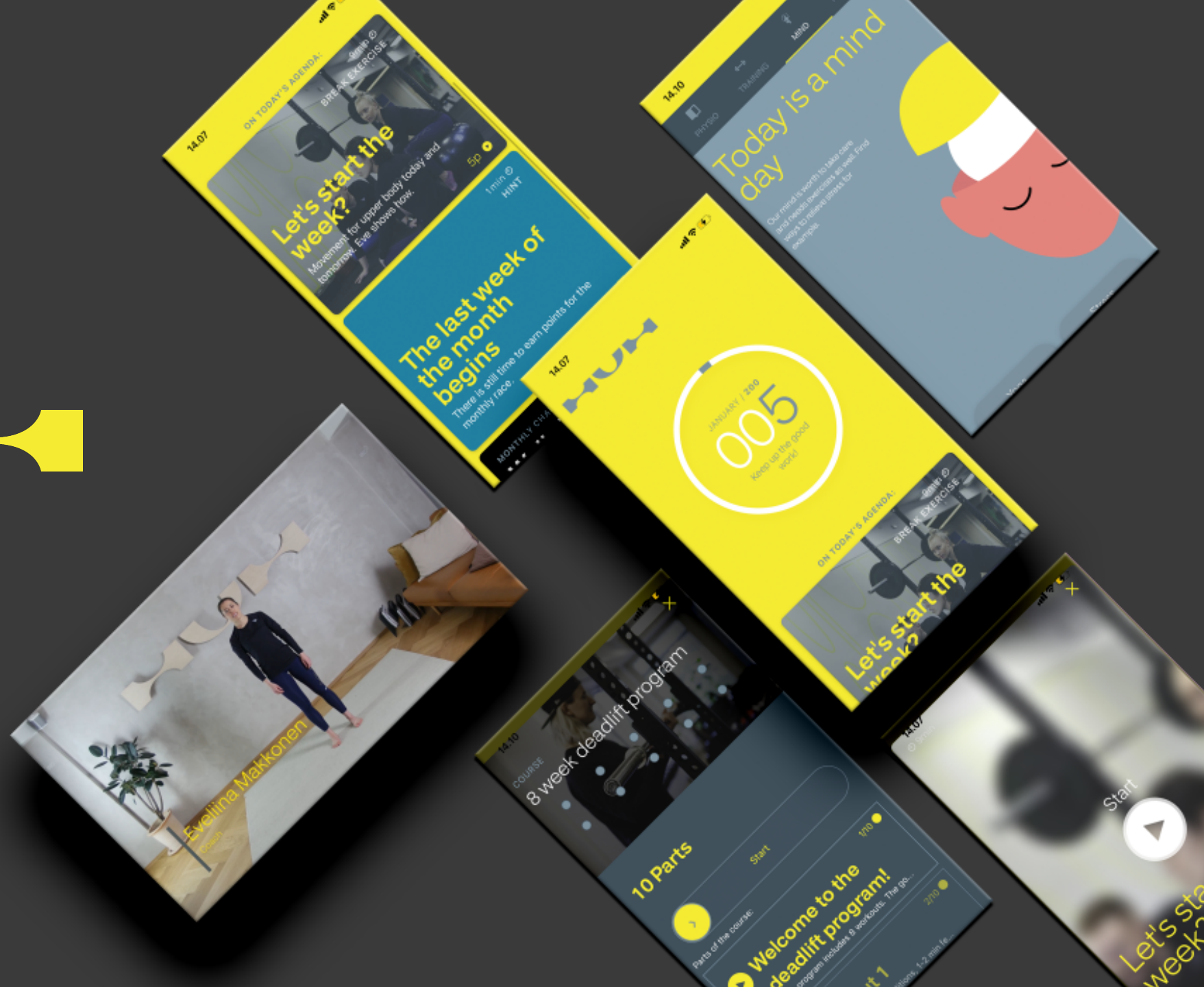
Hieronta, Urheilu & Hyvinvointi



Olemme kehittäneet
hyvinvointisovelluksen
johon olemme koonneet
10 vuoden ammatillisen
tietotaitomme.



Hyvinvointisovellus



Tavoita koko henkilöstö
Edistä hyvinvointia askel kerrallaan
Kokonaisvaltainen sisältö

Päivä ja viikkokohtaiset tavoitteet ohjaavat vaivatta eteenpäin

Kannustamme ihmisiä olemaan aktiivisia päivittäin.
Muutamalla hyvällä teolla pääsee pitkälle.

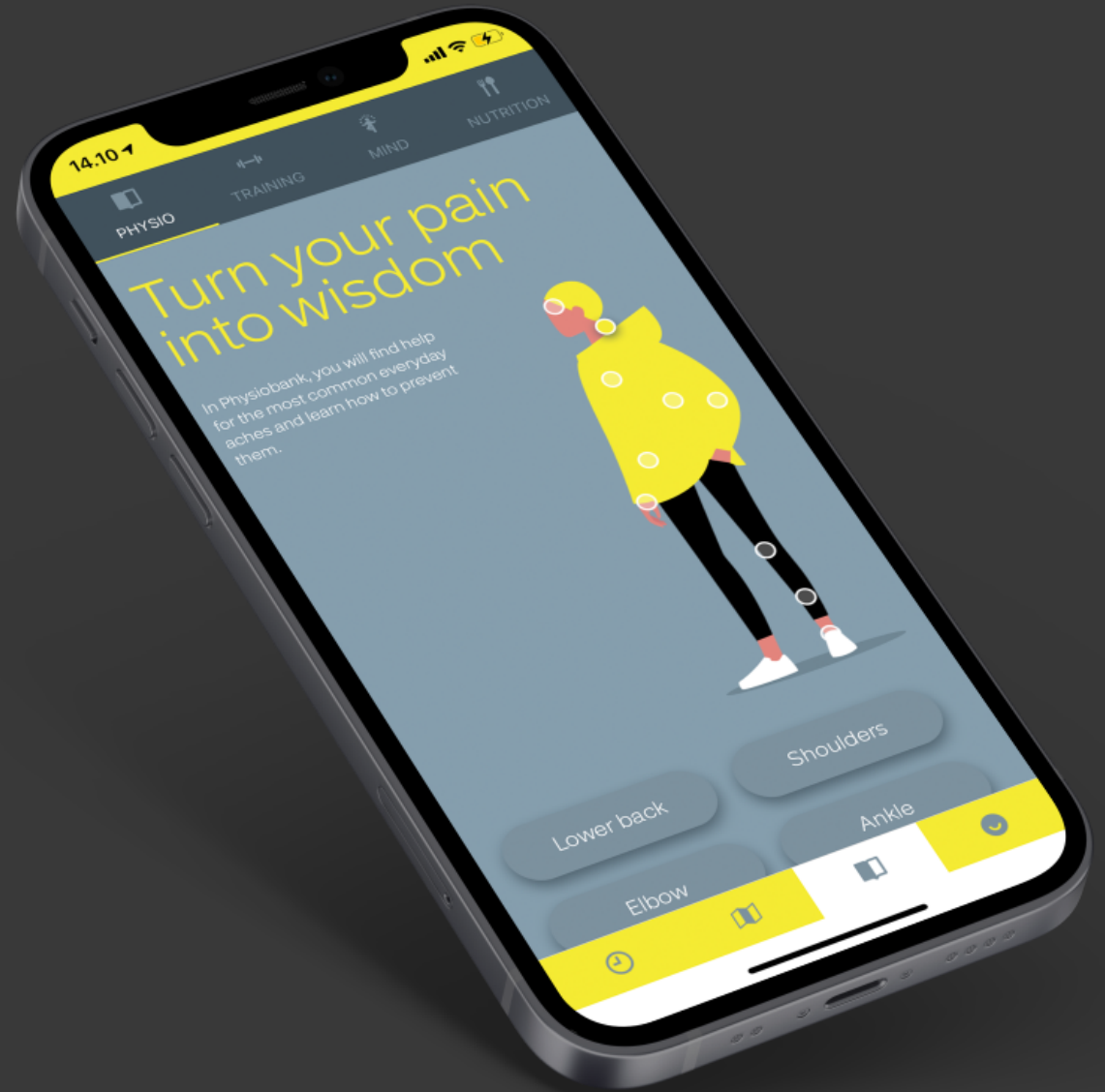
- Päivän treenit & taukoliikunta
- Kuukausihaasteet
- Tietopankin kurssit



Tieto ei lisää tuskaa

Fysioterapeuttimme koostama videopohjainen tietopankki yleisimmistä tuki- ja liikunta-elimistön vaivoista.

- Tietoa vaivasta
- Ensimmäisen vaiheen harjoitteet
- Vinkit jatkohoidosta



Opetamme liikkumaan oikein

- Tekniikka workshopit (mm. kyykky, pistoolikyykky, maastaveto)
- Erilaiset progressiot (mm. miten saada ensimmäiseen leuanveto)
- Juoksutekniikka
- Saliohjelmia aloittelijalle
- Treeni- & kehonhuolto-ohjelmia kaikille



Kerrytä krediittejä

Krediittejä voit käyttää maksuvälineenä toimipisteissämme sekä yhteistyökumppaneillamme.

- Ansaitse krediittejä keräämällä pisteitä
- Työnantaja voi kätevästi ostaa krediittejä henkilöstölle
- Löydä krediittejä kartalta
- Osta krediittejä kaupastamme ja käy edullisemmin hoidossa
- 1 krediitti vastaa 30min hierontaa, krediitin voi käyttää osana maksua(arvo 25€)



Kaikki mitä tarvitset kehosi huoltamiseen.



#kohtahelpottaa



Tuomme yhteen ne
jotka osaavat ja ne
jotka haluavat voida
paremmin.

Käyttöönotto

Hyvinvointisovellusten vaarana on se, että ne jäävät helposti käyttämättä. Me koemme vastuumme käyttöönoton tukemisessa, sekä ihmisten jatkuvassa motivoimisessa aktiivisempaan elämään.

Tuotamme ensimmäisen kuukauden ajaksi kilpailun aktivoimaan käyttäjiä heti alusta alkaen. Alun positiiviset kokemukset motivoivat jatkamaan hyviä elämäntapoja. Käytämme kilpailun palkintoihin puolet ensimmäisen kuukauden hankintahinnasta.

Tuotamme sovellukseen kuukausittain motivaatiovideoita innostamaan ihmisiä aktivoitumaan. Puhujamme Robson Lindberg on oiva esimerki siitä, miten omaa oloa parannetaan askel kerrallaan. Hänen tavoitteenaan on olla maailman paras aivovammapotilas.





Tuukka Häkkinen

Yritysyhteistyöt

+358 407 459 050

Tuukka@huh.fi

HUH // Helsingin Urheiluhieronta Oy
Eerikinkatu 28
00100 Helsinki

www.huh.fi

