

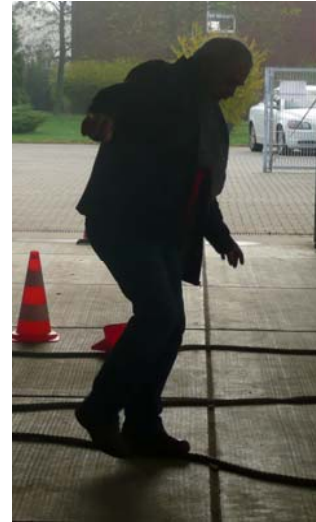
Mehr Sicherheit durch mehr Geschicklichkeit!

Aktivprogramm für
Gesundheits- und Arbeitssicherheitstage,
für Betriebssport und die aktive Pause



Motivierendes Aktiv-Programm
Training von Gleichgewicht und Koordination
Sensibilisierung für das Thema Sturzprophylaxe
Beitrag zum Thema Sicherheit am Arbeitsplatz
Konzept basierend auf den Sturzprophylaxe-Forschungen
des Fachbereichs Bewegungswissenschaft der Universität Hamburg

Was bringt uns aus dem Gleichgewicht?



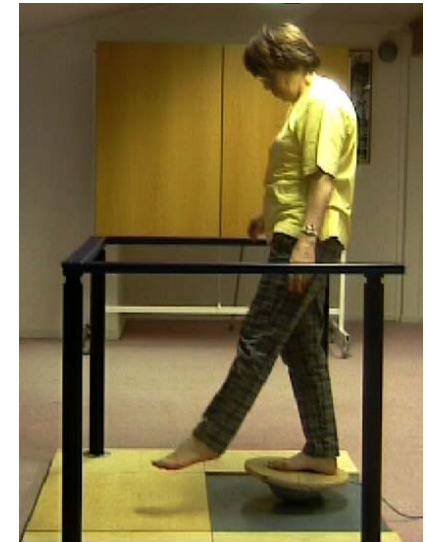
Stolpern oder Fehltreten lässt sich im Arbeitsalltag sicherlich nie ganz vermeiden. Wie wir jedoch damit umgehen, wenn wir aus dem Gleichgewicht geraten, kann sehr unterschiedlich ausfallen. Durch schnelles und geschicktes Reagieren kann die Balance oftmals noch zurück gewonnen werden.

Das Erfreuliche:

Wie geschickt wir mit Störungen des Gleichgewichts umgehen, ist trainierbar!

Kompetente Partner

HIS e.V. ist ein Förderverein am Fachbereich Bewegungswissenschaft der Universität Hamburg. Unter der Leitung von Sportwissenschaftler Volker Nagel beschäftigt sich der Verein seit Gründung 1996 schwerpunktmäßig mit dem Thema Gleichgewicht und Koordination. Hier interessiert uns v.a. die Frage, wie sich das Training dieser Kompetenzen positiv auf die alltägliche Handlungsfähigkeit auswirkt. Stichworte dazu sind: Verkehrserziehung und Unfallprophylaxe für Kinder, Arbeitssicherheit und Unfallprophylaxe für Arbeitnehmer, Umknickprophylaxe für Sportler, Sturzprophylaxe für Ältere.



HIS e.V. bringt wissenschaftliche Forschungsergebnisse und Konzepte in die praktische Umsetzung für den „Verbraucher“.

Wir kommen auch zu Ihnen!

Gern besuchen wir mit unseren motivierenden Gleichgewichtsgeräten sowie spielerischen und reizvollen Aufgabenstellungen die Gesundheits- und Arbeitssicherheits-Tage Ihres Betriebes. Wir verwandeln Ihre Lagerhalle, einen Seminarraum oder auch die Kantine in einen „Geschicklichkeitsparcours“ und bringen Ihre Mitarbeiter in Bewegung. Sie können unsere Schulungsprogramme auch für regelmäßige Gesundheits- und Bewegungsangebote Ihrer Firma buchen. Mithilfe einer Vorher-/Nachher-Messung auf einem unserer Messgeräte ist auch die Evaluation eines solchen Kursangebotes möglich.

Aktiv zu mehr Geschicklichkeit!

Geschicklichkeit lässt sich unter verschiedenen Gesichtspunkten betrachten und gezielt trainieren. Mit unseren Aktiv-Programmen wollen wir Ihren Mitarbeitern unterschiedliche „Bausteine“ der Geschicklichkeit vorstellen und ihnen verschiedene Übungen nennen, mit denen diese Fähigkeiten verbessert werden können. Die Sensibilisierung für das eigene Gleichgewicht kann zu einem veränderten Verhalten im Alltag verhelfen. Viele Übungen lassen sich spielerisch ins Alltagsleben integrieren, ohne dass es gleich zu „sportlich“ wird.



Rufen Sie uns gern an und vereinbaren einen Termin mit uns!

HIS e.V.

Förderverein am Fachbereich Bewegungswissenschaft
der Universität Hamburg

Katharina Burdorf

Mollerstr. 2, 20148 Hamburg

Telefon (040) 428 38 36 05

Telefax (040) 428 38 68 61

Internet: www.inline-skating-schule.de

E-Mail: info@inline-skating-schule.de