STYLE PROJECT
EVENT.SPORT.DIGITAL

PRОдвижение

СПОРТИВНАЯ ОНЛАЙН-ЭКОСИСТЕМА

корпоративный тренировочный клуб

МЕНЯЕТСЯ ВРЕМЯ, **МЕНЯЕМСЯ МЫ!**

PRO движение

Здоровый образ жизни – **здесь и сейчас**

Большую часть времени ваши сотрудники проводят в офисе, они устают, не успевают заняться собой и все чаще думают, как прекрасна жизнь вне офиса

Программа PROдвижение от Style Project поможет в корне изменить взгляд на внутрикорпоративную жизнь и даст импульс к улучшению показателей в работе

Развивая внутрикорпоративный ЗОЖ, вы укрепите имидж компании и повысите лояльность сотрудников

ЗОЖ для всех сотрудников – **что это?**

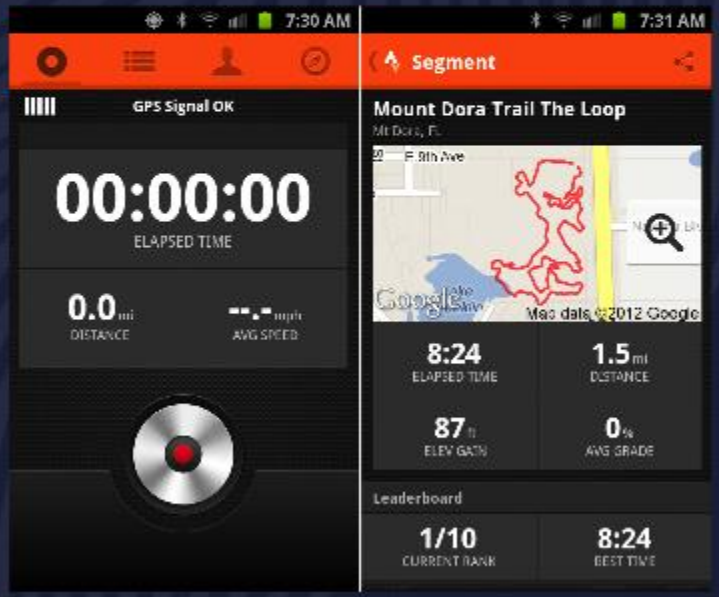
- Можно иметь любой уровень подготовки
- Выбирать удобное время тренировок
- Тренироваться дома, в зале или на улице
- Начать тренировки в любой момент
- Поучать баллы за любую активность
- Потребуется минимум реквизита

ТРЕНИРОВКИ

МАРАФОНЫ

ЛЕКЦИИ

Возможности PRодвижения



ИНДИВИДУАЛЬНО:

1. Личный кабинет – удобство навигации
2. Тестирование пользователей – понимание своих показателей, выстраивание шкалы стремлений
3. Систематизация данных, статистика, рейтинги – стимул для участия, стремление к победе
4. Синхронизация аккаунтов с приложением STRAVA – информативный дневник тренировок
5. Поддержка специалистами – поддержание спортивного духа
6. Призовой фонд – желание выиграть и быть первым

Зачем PRодвижение вашей компании?

- Каждый сотрудник захочет принять участие, вне зависимости от уровня физической подготовки и возраста. Несколько уровней сложности - от начинающих до продолжающих.
- Глядя на коллег, каждый сможет присоединиться на любом этапе, в любое время.
- Тренироваться можно в удобном месте: дома, в зале, на улице. Вы можете организовать пространство в офисе!
- Вы получаете собственную платформу с открытыми результатами и рейтингами, в вашем фирменном стиле.
- Вы можете формировать программы на основании корпоративного исследования, использовать различные фитнес-направления первым.

Отличный старт для внедрения популяризация ЗОЖ среди сотрудников

Дополнительная мотивация сотрудников, повышение лояльности компании

Качественное изменения здоровья участников

Что получают сотрудники от PRодвижения?

Улучшение здоровья

Достижение личных целей

Рост удовлетворенностью жизнью и работой

Расширение социального пакета

Увеличение коммуникативных возможностей

Возможность тренировок в любое время и любом месте

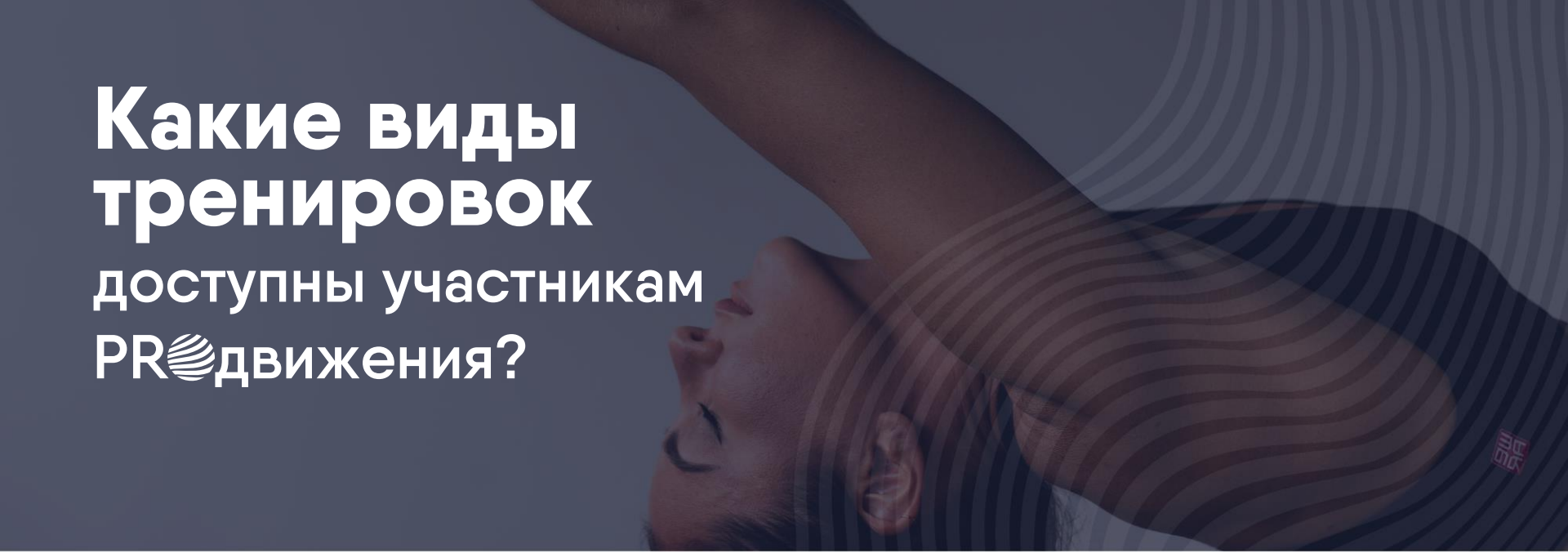
Отсутствие требований к физической подготовленности участника

Положительные эмоции

МОТИВАЦИОННЫЙ ФОНД

экипировка, спортивные аксессуары, гаджеты и слоты на крутые спортивные соревнования

Какие виды тренировок доступны участникам PRодвижения?



- ОБЩАЯ ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА
- КРОСС-ТРЕНИНГ
- БАЛАНС
- БЕГ
- ЙОГА
- ЕДИНОБОРСТВА
- ПЛАВАНИЕ
- ЭНИМАЛ ФЛОУ
- HIIT
- САЙКЛИНГ

Этапы реализации

PRодвижения

1 неделя	2 неделя	3 неделя	4 неделя	5 неделя	3/6 месяцев
Выявление спроса и потребностей	**Подготовка** контента	**Регистрация** в проект	**Настройка ЛК**	**Старт** спортивной программы	**Программа**

Путь пользователя PRодвижения

Тест чек-ин

Тест чек-ап

Выполнил задание	**Загрузил** в приложение или отправил отчет по e-mail	**Увидел результат** в виртуальном протоколе	**Коммуникация:** обсуждения/ вопросы/ консультация тренеров	**Челленджи/ Соревнования**	**Призы участникам** с высокой активностью

ТРЕНИРОВКА/ ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ = БОНУСНЫЕ БАЛЛЫ = КЛАССНЫЕ ПОДАРКИ

Тренировочный модуль PRодвижения

КАЖДЫЙ ТРЕНИРОВОЧНЫЙ БЛОК

НОВАЯ СПОРТИВНАЯ ТЕМАТИКА

3-5 НЕДЕЛЬ ПРАКТИЧЕСКОГО И ТЕОРЕТИЧЕСКОГО КУРСА

Масштабирование на 2 уровня сложности: новички и продвинутые

ЧЕК-ИН
Тестовое задание
Распределение по группам
Период: регистрация в проект

БЛОК 1:
Силовая работа с отягощениями и собственным весом.
Плиометрическая работа
Средняя и высокая интенсивность.
Продолжительность: 5 –10 мин.

БЛОК 2:
Йога, растяжка
Тренировки на гибкость
Низкая и средняя интенсивность
Продолжительность: 7 – 12 мин.

БЛОК 3:
Интервальные тренировки
HIIT, Tabata
Высокая интенсивность
Продолжительность: 4 –10 мин.

ЗАЧЕТ
Специальное задание
Период: по итогам каждого блока

ЧЕК-АП
Йога, растяжка
Тренировки на гибкость
Низкая и средняя интенсивность
Продолжительность: 7 – 12 мин.

Результат внедрения спортивных программ

РЕЗУЛЬТАТ РЕАЛИЗАЦИИ СПОРТИВНЫХ ПРОЕКТОВ ОНЛАЙН И ОЧНОГО ФОРМАТА ОТ ОБЩЕГО ЧИСЛА СОТРУДНИКОВ*

55%
избавляют от негатива

36%
повышение эффективности

27%
повышение работоспособ-ности

23%
повышение интеллектуальной активности

59%
повышение лояльности к работодателю

43%
снижение текучести кадров

*По данным: kontakt.ru, результаты программ Virgin Pulse

Стоимость/возврат инвестиций (VOI/ROI)

Стоимость и результат инвестиций в здоровье сотрудников – НА КАЖДЫЙ 1$*

1$

WELL-BEING → **$3,2** снижение медицинских затрат компаний

WELL-BEING → **$2,3** снижение расходов, связанных с пропуском работы по болезни

ЭКОНОМИЯ ПРЯМЫХ ИЗДЕРЖЕК

2.9x

Участники программ в 2.9 раза реже обращаются с запросами по изменению компенсации труда

18%

На 18% ниже уровень незапланированного отсутствия на работе

ВСТУПАЙ В КЛУБ PRодвижение!

STYLE PROJECT
EVENT.SPORT.DIGITAL

www.styleproject.ru
+7(495)981-31-15
117105, Москва,
Варшавское шоссе 1с6, офис А314