



*Yrityksille –
virkistyspäivät Nallisportissa*

VIRKISTYSPÄIVÄ, JOKA LISÄÄ ENERGIAA JA VAHVISTAA TIIMIHENKEÄ

Parhaat ideat syntyvät, kun ihmiset voivat hyvin. Nallisportin virkistyspäivä tarjoaa yrityksellenne helpon tavan lisätä energiaa, vahvistaa tiimihenkeä ja tuoda työporukka yhteen liikunnan ja rennon yhdessäolon kautta. Me huolehdimme järjestelyistä alusta loppuun ja te voitte keskittyä nauttimaan päivästä.

Nallisport Active Balance – valmis virkistyspäiväpaketti

Näin virkistyspäivä etenee käytännössä

Ohjattu mailapeli (1 h)

Tutustutte tennikseen tai padeliin rennossa ilmapiirissä ohjaajan johdolla. Kaikki välineet sisältyvät hintaan.

Liikkuvuus & kehonhuolto (1 h)

Palauttava tunti, joka avaa kehoa ja tukee työssä jaksamista.

Vapaata pelailua

Mahdollisuus kokeilla eri lajeja omatoimisesti: sulkapallo, squash, pingis, pickleball, salibandy.

Miksi yritykset valitsevat Nallisportin virkistyspäivän?

Helppo järjestää

Kaikki palvelut saman katon alta – liikunta, ohjaus, tilat ja tarjoilut.

Sopii kaikille

Osallistuminen ei vaadi aiempaa kokemusta – jokainen voi tulla mukaan omalla tasollaan.

Lisää tiimihenkeä

Yhteinen tekeminen rennossa ympäristössä vahvistaa yhteistyötä.

Tukee työssä jaksamista

Liike ja palautuminen lisäävät energiaa ja hyvinvointia.

Räätälöitävissä

Rakennamme päivän yrityksenne tavoitteiden mukaan.

Palautuminen & hyvinvointi

Ohjattu kehonhuolto sisältää:

- liikkuvuusharjoitteita
- lihashuoltoa
- kehonhallintaa
- käytännön vinkkejä arkeen

Osallistujat saavat mukaan myös oman liikkuvuus- ja kehonhuolto-ohjelman.

NALLISPORTIN LISÄPALVELUT YRITYKSILLE

Lisäarvoa työhyvinvointiin

InBody-kehonkoostumusmittaus (halukkaille)

Antaa kattavan kuvan kehon tilasta ja tukee hyvinvoinnin kehittämistä.

Mittaus kertoo mm.:

- lihas- ja rasvamassan
- rasvaprosentin
- perusaineenvaihdunnan
- nestetasapainon

Täydennä päivää tarpeenne mukaan

Virkistyspäivään voidaan yhdistää:

- Kokous- ja neuvottelutilat
- Kahvila- ja ruokailupalvelut
- Saunatilat rentoutumiseen

Moni yritys yhdistää päivän alkuun kokouksen ja jatkaa siitä liikuntaan ja rentoutumiseen.



Räätälöimme teille sopivan kokonaisuuden

Olipa ryhmä pieni tai suuri, suunnittelemme toimivan ja tavoitteitanne tukevan virkistyspäivän. **Suunnitellaan yhdessä työporukallenne virkistyspäivä, joka lisää hyvinvointia ja jää mieleen.**

Suunnitellaan teille virkistyspäivä – pyydä tarjous

Nallikari-Tennis Oy, Nallisport Oy

✉ info@nallisport.com

☎ 040 5470679

Nallisport – liikunnan iloa työyhteisöille.

