

GRATIS PROEFPLAATSING?

PROBEER DE LIFESPAN WORKPLACE
PRODUCTEN 30 DAGEN GRATIS UIT.

BEWEGEN
IS VAN
LEVENSBELANG!



OVER LIFESPAN



LifeSpan is toegewijd om bij te dragen aan de manier waarop mensen werken, bewegen en leven op een duurzame, gezonde manier. LifeSpan's kwaliteitsproducten en innovatieve visie hebben fitness en wellness als alledaagse levensstijl geïnspireerd, sinds zij het merk in 2001 hebben geïntroduceerd. Gespecialiseerd in unieke oplossingen voor thuis, in de sportschool, op uw werkplek en overal daar tussenin, helpt LifeSpan mensen aan een betere gezondheid, ongeacht de omgeving.



LifeSpan *Fitness*

LifeSpan biedt een indrukwekkende lijn van huishoudelijke en commerciële fitnessapparatuur aan. Door het innovatieve en uitgebreide assortiment fitnessapparatuur is LifeSpan al bijna twee decennia lang marktleider in het helpen van consumenten om gewicht te verliezen, de gezondheid te verbeteren of trainen voor competities.

LifeSpan *Workplace*

LifeSpan is de bedenker op het gebied van LifeSpan Workplace en toegewijd om activiteit terug te brengen naar de werkplek. Als de wereldwijde leider op het gebied van LifeSpan Workplace combineren zij kwaliteit en functionaliteit voor een duurzaam product. Gemaakt voor gebruik door professionals of door bedrijven als geheel, werkplek-fitnessapparatuur van LifeSpan helpt u verder komen, één stap tegelijk.

LifeSpan *Club*

LifeSpan is van mening dat des te beter u geïnformeerd bent des te gemotiveerder de gebruiker is om doelen te behalen. LifeSpan Club is gecreëerd als compleet pakket voor het bijhouden van trainingsdata en alles wat te maken heeft met fitness en uw gezondheid. LifeSpan Club is informatief, veilig en makkelijk te verbinden met uw LifeSpan Fitness en LifeSpan Workplace apparatuur en geeft de gebruiker de complete controle op de weg naar succes.

Kijk voor meer informatie op www.helisports.nl/workplace

EEN ZITTENDE LEVENSTIJL IS HET NIEUWE ROKEN



Wat is een zittende levensstijl?

Zit u nu? Waarschijnlijk wel. De meeste mensen zitten gemiddeld 7 uur per dag achter hun bureau op het werk, rijden met de auto naar huis en ploffen 's avonds op de bank. Dit heet een zittende levensstijl, ook wel het nieuwe roken genoemd.

De hele dag zitten heeft een ongezonde invloed op lichaam en geest.

Hoge bloeddruk

Te lang zitten zorgt voor een hoge bloeddruk en een verhoogd cholesterol. Mensen met een zittende levensstijl hebben twee keer meer kans op hart- en vaatziekten.

Rugklachten

Buikspieren verslappen wanneer u te lang en te vaak zit. Door te staan en te bewegen versterkt u de buikspieren en dit vermindert onder andere rugklachten. Rugklachten zijn een veelvoorkomend probleem bij een slechte houding.



Concentratie

Door te bewegen pompen uw spieren bloed en zuurstof de hersenen in waardoor u zichzelf beter kunt concentreren tijdens het werk en u zichzelf fitter zult voelen.

Hart- en vaatziekten

Wanneer u langere tijd zit vertraagt dit de bloedsomloop door het gehele lichaam, dit kan leiden tot gezwollen enkels en bloedstolsels. Door te bewegen verkleint u de kans op hart- en vaatziekten.

Nekklachten

Zit u vaak voorover geleund om bij uw telefoon te kunnen, te lezen wat er op het computerscherm staat of zit u niet met een rechte rug? Dit zijn allemaal oorzaken voor nekkklachten. Door te bewegen versterkt u de nekspieren om klachten te voorkomen.

nrc.nl

NRC - Waarom zitten zo slecht is.

We zitten gemiddeld 9 uur per dag en dat is riskant. Medisch redacteur Wim Köhler legt het uit in 2 minuten.

Bekijk op onderstaande url de video.

www.nrc.nl/nieuws/2017/08/02/waarom-zitten-zo-slecht-voor-je-is

BRENG ACTIVITEIT TERUG OP DE WERKVLOER

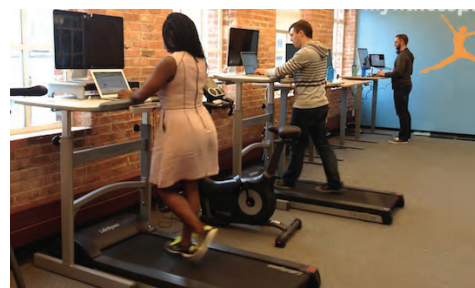
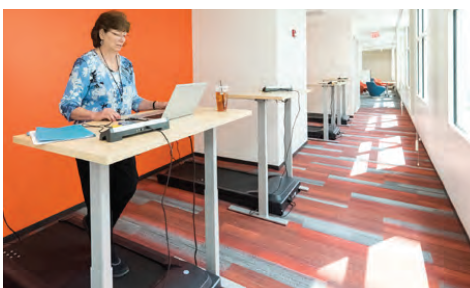
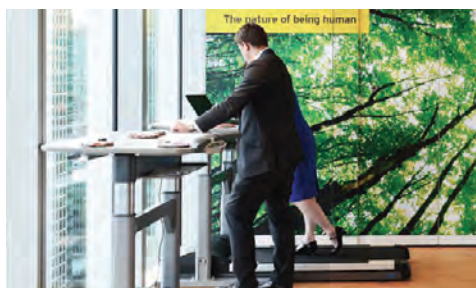


Meer calorieën verbranden tijdens werkzaamheden? Het kan echt!

Calorieën verbrand per uur op basis van activiteitstype:

Zitten	50-70
Staan	85-110
Lopen	180-280
Fietsen	200-300

Uit wetenschappelijk onderzoek blijkt dat de norm van dagelijks 30 minuten bewegen niet voldoende is om de schade van een zittende levensstijl te compenseren.



Kijk hier voor de informatievevideo



www.youtube.com/watch?v=s0fEx6BUX7g

VOORDELEN VAN BEWEGEN OP HET WERK



Meer bewegen is een supermedicijn!

Waarom gaat u niet bewegen tijdens de werkzaamheden? 1 uur per dag wandelen of rustig fietsen bevordert al de gezondheid, verbrandt calorieën en geeft u meer energie.



LIFESPAN UNITY BIKE DESK

- Geen stroom nodig



LIFESPAN C3-DT5S BIKE DESK

- Handmatig verstelbaar bureau



LIFESPAN TR1200-DT7S TREADMILL DESK

- Elektronisch verstelbaar bureau



VERBRAND MEER
CALORIEËN



VERHOOGT
DE CREATIVITEIT



VERMINDERT
STRESS



BEVORDERT
GEZOND LICHAAMSGEWICHT



VERLAAGT
DE BLOEDDRUK



VERBETERT
DE STEMMING



VOORKOM EEN
ZITTENDE LEVENSTIJL



VERHOOGT
DE PRODUCTIVITEIT

Kijk voor meer informatie op www.helisports.nl/workplace

'S WERELDS BEKENDSTE BEDRIJVEN GEBRUIKEN HET AL!



Referenties LifeSpan Workplace producten



Vindt u het een interessante ontwikkeling, maar twijfelt u nog of het wel iets voor bij u op kantoor is? Helisports biedt een vrijblijvende proefplaatsing van 30 dagen om u te overtuigen dat bewegen van levensbelang is voor u en uw collega's.

Wilt u meer informatie of wilt u een proefplaatsing aanvragen, vul het aanvraagformulier in en wij nemen contact met u op. Mocht u niet tot aankoop overgaan dan wordt er eenmalig € 75,- in rekening gebracht voor de montage- en servicekosten.

Kijk voor meer informatie op www.helisports.nl/workplace



LifeSpan *Workplace*



Officieel importeur voor de Benelux.

SHOWROOM
HELISPORTS AMSTERDAM
H.J.E Wenckebachweg 83
1096AL Amsterdam
sales@helisports.nl
Tel: 020 - 6 939 939

SHOWROOM
HELISPORTS^{PRO}
H.J.E Wenckebachweg 121
1096AM Amsterdam
sales@helisports.nl
Tel: 020 - 6 939 939

SHOWROOM
HELISPORTS DRUTEN
Industrieweg 8
6651KR Druten
sales@helisports.nl
Tel: 0487 - 513 144

SHOWROOM
HELISPORTS ETTEN-LEUR
Mon Plaisir 19
4879AK Etten-Leur
sales@helisports.nl
Tel: 076 - 5040 016

www.helisports.nl