



Aufbau und Struktur

DAS IST UNSERE AGENDA FÜR DEN HEUTIGEN TAG



**AUSDAUER
ZENTRUM Ö**

01

Wer sind wir?

Wir stellen uns vor!

02

Beat your personal best!

Was ist das genau?

03

**Sportmodell und
Profilauftraining**

Was ist das genau?

04

Zusammenfassung

Q & A



Alex Unger
Sportwissenschaftler/Trainer/Diagnostiker

Thema: Beat your personal best!

„Schnelle Mitarbeiter, erfolgreiche Unternehmen!“



**AUSDAUER
ZENTRUM Ö**



Alex Unger



Sportwissenschaftler

Ronald Ecker



Sportarzt und
Sportwissenschaftler

Günther Weidlinger



Laufexperte



Unsere Kunden/Partner, bei denen wir Teile dieses Angebotes bereits erfolgreich umsetzen konnten:

- Leistungsdiagnostischer Partner beim Linz Marathon
- Partner des Olympiastützpunktes Linz
- PVZ Marchtrenk





Unsere Dienstleistungen:



Kick-off-Vorträge



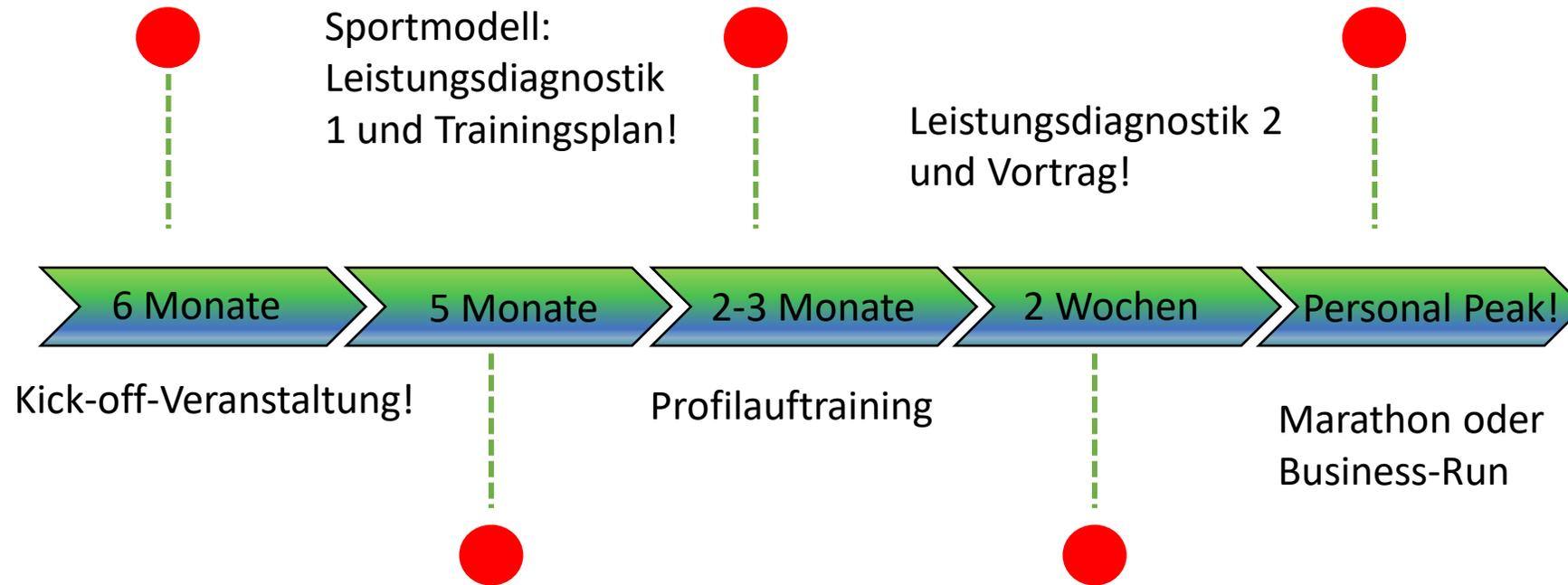
Sportmodell



Profilauftraining



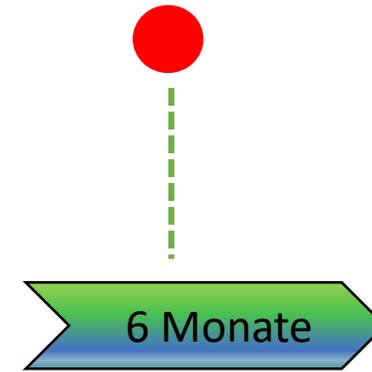
Firmenfitness





Kick-off

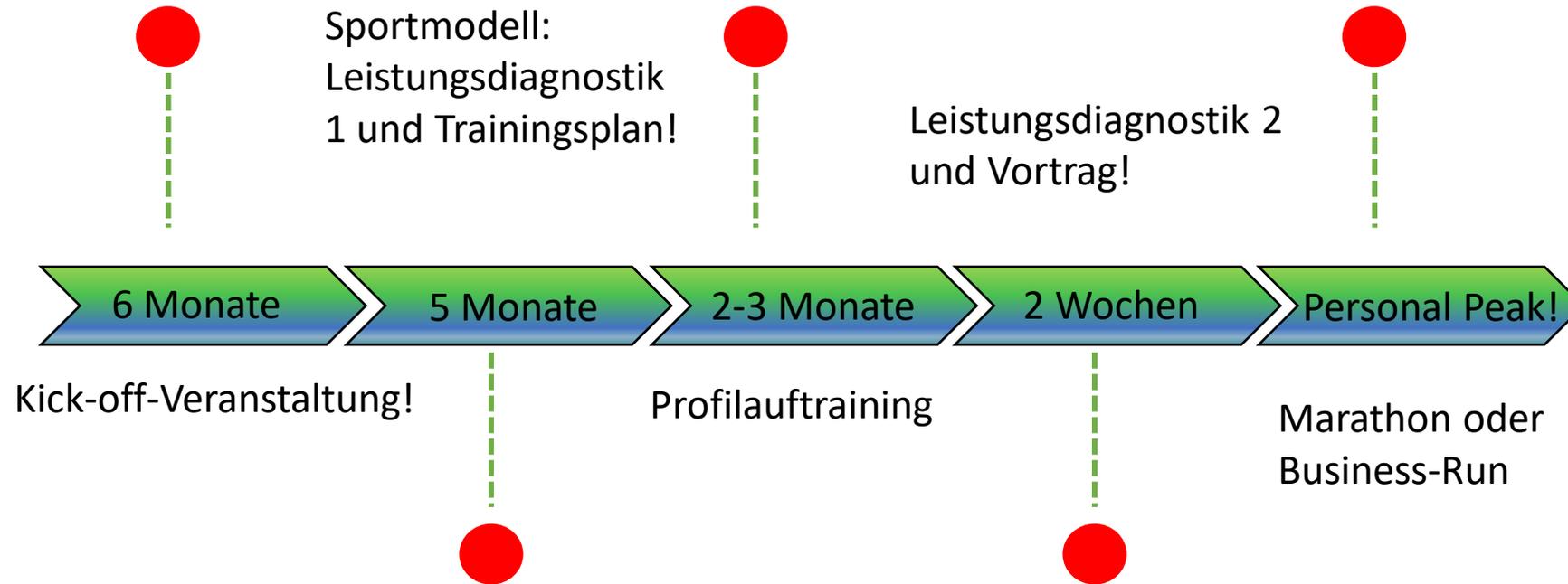
- Beat your personal best-Individuelle Höchstleistung!
- Spezifische Vorbereitung für Läufer*innen!
- Lauftechnikanalyse und Prävention!
- Leistungsdiagnostik!
- Lafevent!



Kick-off-Veranstaltung!



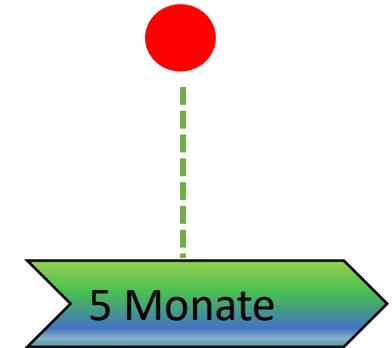
Firmenfitness





Sportmodell

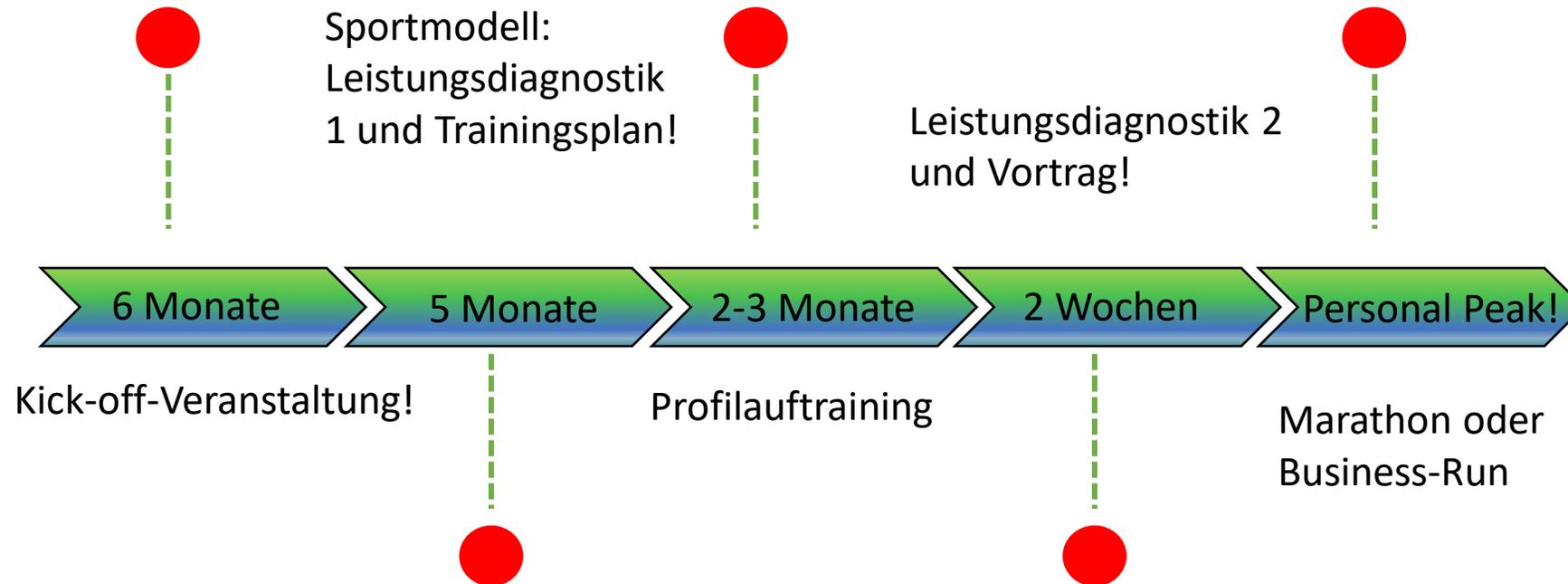
- Leistungsdiagnostik im Sportlabor in Marchtrenk oder Laufbahn!
 - 2-5 Monate spezifischer Trainingsplan (z.B. Marathon oder Businesslauf)!
 - Profi-Trainings-App (TrainingPeaks)!
-
- Preis: ca. 249 Euro abhängig von der Dauer.



Sportmodell:
Leistungsdiagnostik
1 und Trainingsplan!



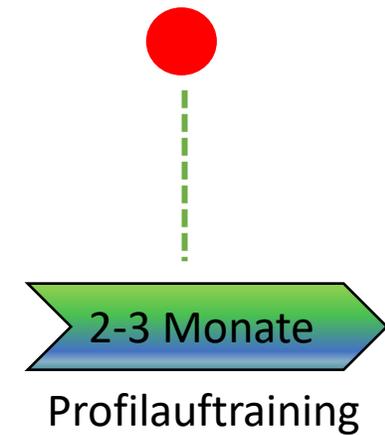
Firmenfitness





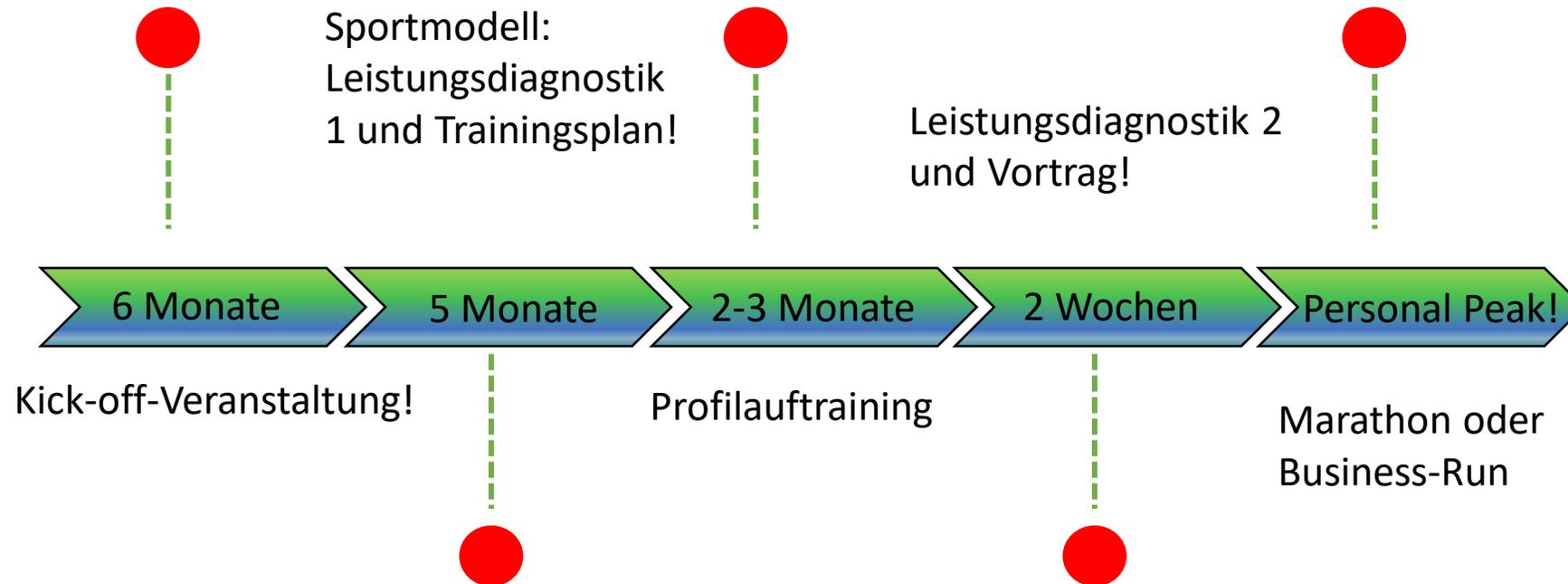
Profilauftraining

- Spezifisches Training, individuell abgestimmt!
 - Fokus auf Lauftechnik!
 - Gezielte Kräftigung!
 - Intervallmethode!
-
- Preis: 199,- pro Termin bis 10 Personen → danach wird die Gruppe geteilt





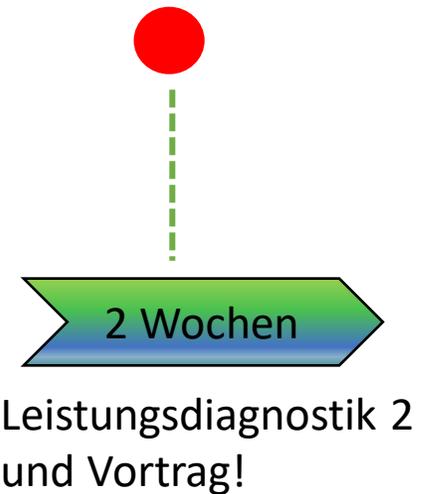
Firmenfitness





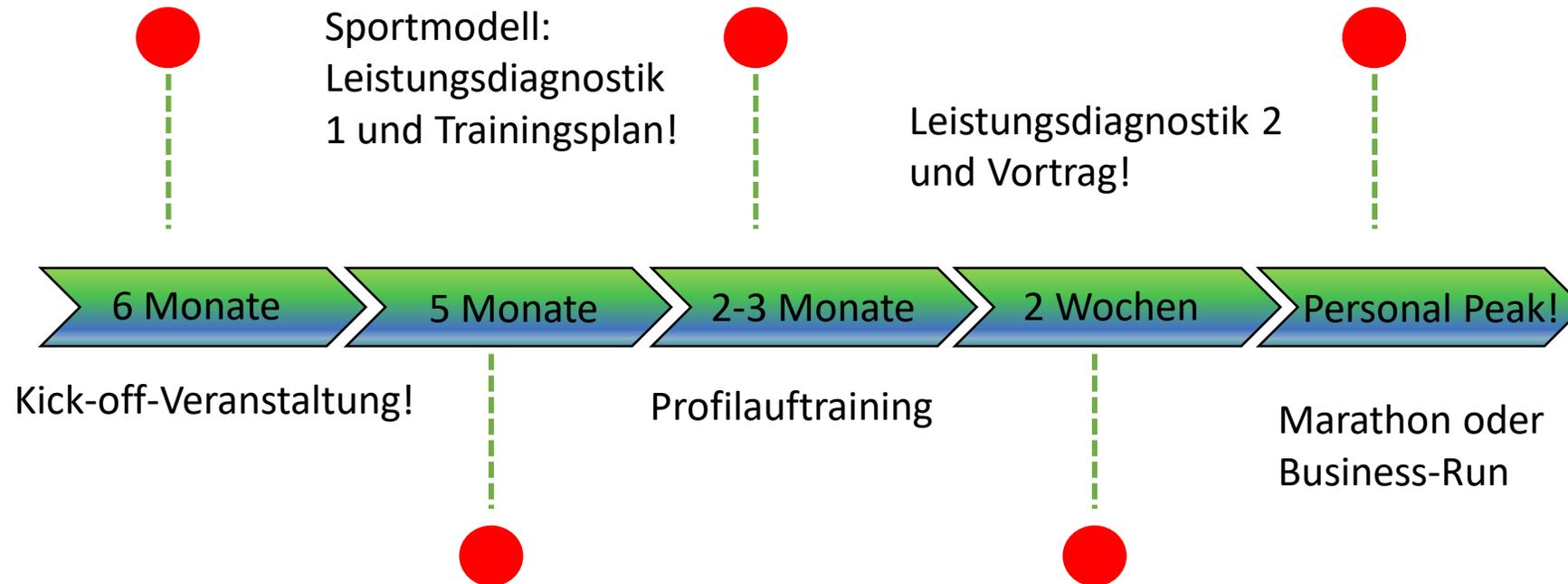
Sportmodell und Vortrag

- Leistungsdiagnostik 2 Formcheck vor der Personal Peak!
- Vortrag über: Pacing und Ernährung im Wettkampf + offene Fragen!
- Preis:
 - Sportmodell: ca. 119,- pro Person für Leistungsdiagnostik 2
 - Vortrag: 249,-





Firmenfitness



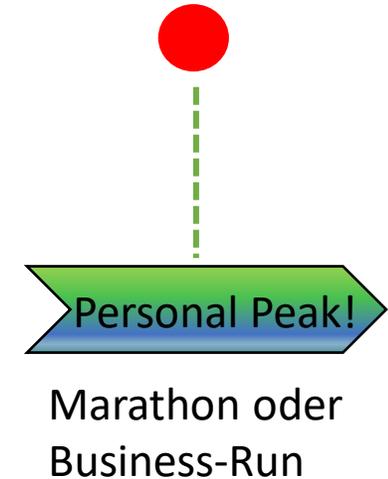


Beat your personal best

- Personal Best der Athlet*innen bei dem Wettkampf!

!!Mein Versprechen!!

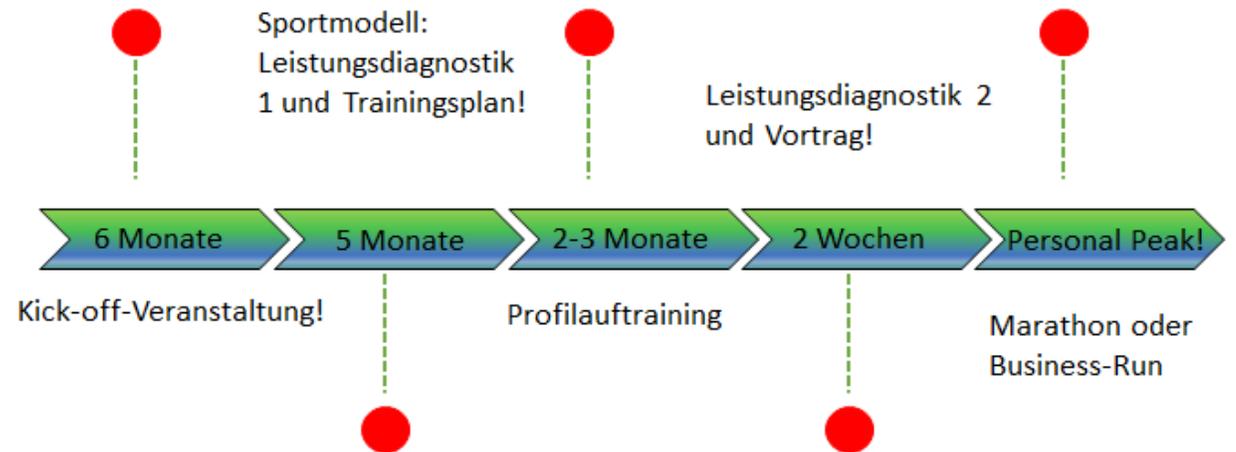
!!50,- Rabatt auf das Sportmodell im kommenden Jahr, wenn das Ziel nicht erreicht wurde!!





Zusammenfassung:

- Personal Best für Läufer*innen
- Professionelle Betreuung!
- Vorträge!
- Faire Preise!
- Klares Ziel!
- Leistungsgarantie!





Wir sehen uns in den
Laufschuhen

Danke für deine Aufmerksamkeit



**AUSDAUER
ZENTRUM Ö**