

# VELIO<sup>®</sup> FITNESSSCHECK

5-Fach  
Testung



DIE INNOVATIVSTE UND SCHNELLSTE VERFÜHRUNG SEIT ES GESUNDHEIT GIBT!  
UND AUSSERDEM: DIE GENAUESTE GESUNDHEITSANALYSE IN 15 MINUTEN.

## WIE?

Das VELIO<sup>®</sup> ist ein Analyse- und Trainingsgerät, das Personen 3-dimensional scannt, in 30 Minuten das Gesundheits- und Fitnesslevel analysiert sowie die 5 motorischen Eigenschaften Koordination, Schnelligkeit, Ausdauer, Agilität und Kraft spielerisch testet. Nach der Analyse erstellt das VELIO<sup>®</sup> eine persönliche Auswertung als leicht verständliches Punktesystem. Im Nachgang wird den Teilnehmer\*innen das Gesundheits- und Fitnesslevel per Mail zugesandt. Auf Grundlage der Analyse wird dann ein individueller Trainingsplan erstellt. Dabei entscheidet jeder eigenständig, wo er zukünftig trainieren möchte - im Freien, in einem Studio oder am Arbeitsplatz.

## WER?

Alle. Das VELIO<sup>®</sup> ist für Mitarbeiter\*innen unterschiedlicher Unternehmen, Branchen sowie mit unterschiedlichem Gesundheits- und Fitnesslevel geeignet.

## WARUM?

Einfach. Schnell. Innovativ. Effektiv. Multifunktional. Smart.  
Zielgerichtet. Individuell. Spielerisch.

KONTAKT LYFES GMBH

[www.lyfes.de](http://www.lyfes.de) | [info@lyfes.de](mailto:info@lyfes.de) | 06135 933 8288

facebook: [lyfes.gesund.leben.lernen](https://www.facebook.com/lyfes.gesund.leben.lernen)

instagram: [\\_lyfes\\_](https://www.instagram.com/_lyfes_)



gesund • leben • lernen