



Liebe Businesskunden von rhein-in-form,
Liebe Teilnehmer*innen von SPECK&RUN,

ein ungeplanter, für uns aber dennoch wichtiger Newsletter. Wir möchten euch berichten, in welcher Form uns die Corona Krise betrifft - euch so unseren Status quo darlegen. Außerdem berichten, wie es mit rhein-in-form & SPECK&RUN weitergeht- euch unsere Pläne vorstellen. Wir haben auch eine schöne Nachricht zu verkünden, die unsere Präventionskurs-Bucher*innen freuen wird.

Da unser reguläres Angebot zur Zeit nicht stattfinden kann, haben wir zusätzlich auf unserer Homepage eine Corona-Übergangseite erstellt. Hier könnt ihr euch über das neue Kursangebot sowie die Bedingungen informieren und auch buchen.

Themen:

- [Status quo zu rhein-in-form & Corona](#)
- [So geht es aktuell weiter: Firmenfitness & SPECK&RUN](#)
- [Unser Präventionskurse können abgewandelt stattfinden](#)
- [Final Notes](#)

Der Status quo zu rhein-in-form & Corona



Wie so viele andere Unternehmen, sind wir von rhein-in-form ebenfalls von der Corona-Krise betroffen und möchten euch über den derzeitige Stand der Dinge informieren.

Kurzum, beide Säulen brechen in ihrer ursprünglichen Form weg und können nicht wie gewohnt stattfinden:

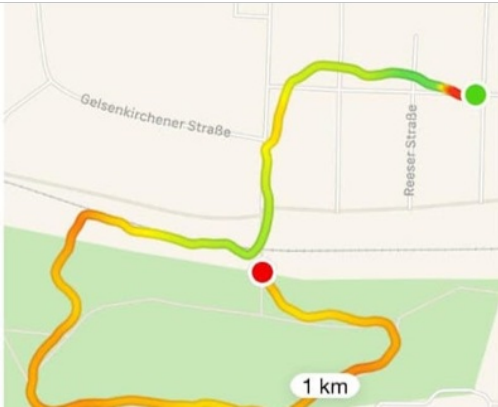
- Die betriebliche Gesundheitsförderung (BGF): Firmenfitness Kurse und Massagen
- Das Outdoor-Fitness Angebote SPECK&RUN

Als Dienstleister ist es unser Ziel, unsere Unternehmens- als auch Privatkunden*innen mit Hilfe von digitalen Lösungen, wie live Meetings/Videos im Homeoffice und Freizeitbereich zu erreichen. Wir setzen auf die bisherige gute Zusammenarbeit und hoffen auf die Solidarität und gegenseitige Unterstützung, diese Krise gemeinsam zu bewältigen.

**So geht es weiter:
SPECK&RUN und Firmenfitness**

SPECK&RUN - Outdoorkurse

Firmenfitness-Kurse



Die **SPECK&RUN** Kurse passen sich seit Beginn der Einschränkungen von Woche zu Woche an:

- Zuerst gab es PDFs mit Übungsreihen
- Dann zusätzliche Trainingsvideos
- Letzten Donnerstag fand ein erstes Outdoor-Live Training statt

Dieses Ausweichprogramm stellen wir unseren Teilnehmer*innen momentan frei zur Verfügung. Zum einen ist es uns wichtig, die gewohnten Trainingseinheiten nach Möglichkeit beizubehalten, zum anderen möchten wir euch in dieser Zeit unterstützen weiterhin gesund und fit zu bleiben. [Hier geht es zu unserer "Online-Kurs-Seite"](#).

Aktuell testen wir in zwei Unternehmen **unsere Firmenfitnesskurse** über eine entsprechende live Meeting Plattformen:

- Live-Pilates
- Live-Aktiver Mittag
- Bei den Massagen kann man es drehen und wenden wie man will, diese fallen weg. Sollte jemand eine Idee haben, immer her damit!

Zurzeit probieren wir verschiedene Tools (Microsoft Teams, Zoom, gottomeeting, jitsi meet) aus. Falls Interesse an einer Zusammenarbeit besteht, ihr Ideen habt, was man bei euch in der Firma machen könnte, schreibt uns einfach an: info@rhein-in-form.de

Präventionskurse können abgewandelt stattfinden



Die zentrale Prüfstelle für Prävention (ZPP) hat sich gemeldet: **Die Präventionskurse können wir in angepasster Form weiterhin anbieten** und sie werden weiterhin mit mindesten 75.-€ bezuschusst!!! Wir müssen glaubhaft nachweisen, dass die Trainings stattgefunden haben: durch Live-Übertragungen oder ähnliche „Beweise“. Genau das werden wir machen!

Folgendes Angebot haben wir für euch ausgearbeitet:

- 8 Wochen Präventionskurse für 99.-€ statt 129.-€.
- 8 Wochen Präventionskurs als personal Training 1:1 für 139.-€.
- 8 Wochen Selbstzahler für 48.-€ statt 89.-€ .
- 8 Wochen Zusendung eines Videos mit PDF für 35.-€
- 8 Wochen PDF kostenlos.

Hier geht es zu unserer ["Anti-Corona-SPECK&RUN-Seite"](#) mit den genauen Konditionen, Infos und Terminen.



Gerade jetzt ist es wichtig, auf unsere Gesundheit und unser Immunsystem zu achten. Deswegen möchten wir unseren Firmenkunden und Teilnehmer*innen von SPECK&RUN ans Herz legen positiv, motiviert und am Ball zu bleiben. Schützt andere und achtet auf euch.

Unsere Freude ist groß, wenn ihr euch dafür entscheidet, mit uns als Anbieter durch die Zeit zu gehen. Ist es euch nicht möglich, spricht uns bitte an: wir haben bisher immer Lösungen gefunden; sind offen, kreativ und möchten unseren Beitrag leisten.

Es gilt jetzt gegenseitige Solidarität und Unterstützung zu leben und gemeinsam positiv in die Post-Corona-Zeit zu blicken. Sie wird kommen, ganz sicher :) !

Wir wünschen euch schöne Ostertage und bleibt gesund.

Liebe Grüße
Camila & Ines



Ines Speck, rhein-in-form, Höninger Weg 164, 50969 Köln
Telefon: 0177-4659419 - E-Mail: info@rhein-in-form.de / team@rhein-in-form.de
Homepage: www.rhein-in-form.de

fd ds

sadfasf