

BUSINESS YOGA

EIN KLARES WIN-WIN FÜR ALLE BETEILIGTEN



5 WINS FÜR IHR UNTERNEHMEN

- Höhere Produktivität und Wettbewerbsfähigkeit durch weniger krankheitsbedingte Fehlzeiten
- Image-Verbesserung für Ihr Unternehmen und Vorteile beim Recruiting durch höhere Arbeitgeberattraktivität
- Zufriedenere und leistungsfähigere Mitarbeitende und geringere Mitarbeiterfluktuation
- Besseres Betriebsklima durch motivierte Mitarbeitende, die sich mit sich selbst und im Unternehmen rundum wohl fühlen
- Möglichkeit zur steuer- und beitragsfreien Bereitstellung Ihres BGF-Angebotes von bis zu 600 EUR pro Mitarbeiter pro Jahr (§3 Nr. 34 EstG)



5 WINS FÜR IHRE MITARBEITENDEN

- Erhalt bzw. Verbesserung der eigenen Gesundheit und Leistungsfähigkeit
- Befreiung von durch vieles Sitzen, Stehen oder repetitive Arbeitsvorgänge entstandener körperlicher Anspannung
- Vorbeugung bzw. Linderung stressbedingter Symptome
- Höhere Kreativität und Konzentrationsfähigkeit
- Sich rundum wohlfühlen im eigenen Körper, mehr Lebensfreude und höhere Lebensqualität



5 FACTS ÜBER MICH

- Bankkauffrau, Bachelor in Internationalem Management, Master in Governance
Sprachen: Deutsch, Spanisch und Englisch fließend
- 14 Jahre in Südamerika als Beraterin der Gesellschaft für internationale Zusammenarbeit
- Dann als selbständige Yogalehrerin meine Leidenschaft fürs Yoga zum Beruf gemacht
- Mehrere Yogalehrerausbildungen und Spezialisierungen in Indien, den USA, Südamerika und Deutschland absolviert
- 10-jährige Erfahrung als Yogalehrerin und Dozentin für Aus- und Weiterbildungen
ZPP-Zulassung für Krankenkassen zertifizierte Yogakurse



CATERINA JOCHMANN
METZENDORFER STR. 37
21218 SEEVETAL

+49 1515 1443128
YOGA@INSPIRED-BY-CATERINA-JOCHMANN.COM
WWW.INSPIRED-BY-CATERINA-JOCHMANN.COM

