



Laufen Sie mit uns um die Welt!

Jeder  
Schritt  
zählt!

Der stepbysteps.com WorldCup ist ein Gesundheitsförderungswettbewerb für Unternehmen mit dem Ziel, als Team mehr tägliche „steps“ zu gehen, somit die Alltagsbewegung zu steigern und virtuell gegen andere Firmen und eigene Firmen-Teams um die Welt zu laufen.

Mit freundlicher  
Unterstützung von:

Zukunft  
Personal 

HRM.de

personal manager



Machen Sie sich auf den Weg!  
Jetzt anmelden und Ihre Teams  
aufstellen



**Termine:**  
finden Sie unter [www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)

Wettbewerbe

(Anmeldeschluss für die  
jeweiligen Wettbewerbe sind  
32 Tage vor Start!)

**TEAMGRÖSSE:** 5 oder 7 Personen

**KOSTEN PRO TEAM:** 549,- EUR

(zzgl. der jeweils gültigen MwSt.)

Ab 10 Teams erhalten Sie 10% Rabatt

Ein eigener Cup nur für Ihre Firma? Gerne erstellen  
wir ein individuelles Angebot für Sie.

**TEAMANZAHL PRO FIRMA:**

keine Beschränkung

## Jeder Schritt zählt

Spornen Sie Ihre Mitarbeiter zu mehr Bewegung im Alltag an. Das führt nicht nur zu natürlichem Stressabbau, mehr Energie und erhöhter Leistungsfähigkeit, sondern fördert auch das individuelle Wohlbefinden.

Fördern Sie den Zusammenhalt in Ihren Teams und erzeugen Sie damit ein WIR-Gefühl, das noch weit über den [stepbysteps.com](http://stepbysteps.com) WorldCup positive Akzente setzt.

Beim [stepbysteps.com](http://stepbysteps.com) WorldCup erhält jedes Teammitglied einen 3D-Bewegungsmesser. Die Bewegung jedes Teilnehmers wird in Schritte umgewandelt. Alle Schritte Ihres Teams ergeben Ihre täglich zurückgelegte Strecke „um die Welt“. Sehen Sie online, welche Etappen Sie gerade mit Ihrem Team erreicht haben. Vergleichen Sie auf [google maps](http://google maps), welches Team aus Ihrem Unternehmen oder Ihrer Region gerade vor oder hinter Ihnen läuft.



### SCHRITZÄHLER MIT 3D-SENORTECHNOLOGIE

Für jedes Teammitglied erhalten Sie einen 3D-Bewegungsmesser der neusten Generation. Dieser intelligente Schrittzähler misst die tägliche zurückgelegte Schrittzahl, verbrauchte Kalorien und zurückgelegten Weg, ganz gleich ob Sie ihn in der Hosentasche oder um den Hals tragen. Die Eingabe Ihrer täglich zurückgelegten Schritte erfolgt über die Eingabemöglichkeit auf der Webseite [www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com).

Anmeldung und Infos unter:  
[www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)

# step**b**ysteps

## Steigern Sie den Teamgeist in Ihrer Firma



Oft bewegen wir uns als Wissensarbeiter und „Schreibtisch Täter“ zu wenig. Im Durchschnitt legt ein Büromitarbeiter zwischen 1.500 und 3.500 Schritte am Tag zurück. Als optimal werden 10.000 Schritte pro Tag angegeben. Aber bereits eine Steigerung um 3.500 Schritte pro Tag erhöhen das Wohlbefinden und

den Stressausgleich deutlich. Durch die spielerische Komponente des Wettbewerbs erhöhen Sie zudem das Teamgefühl und den Spaß an der Bewegung. Die Teammitglieder motivieren sich untereinander, gemeinsam mehr Schritte zu gehen. Die Produktivität, Kommunikation und Kreativität im Team steigt.

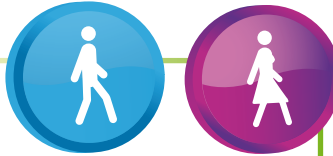
[www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)



# stepbysteps

## Stellen Sie die Teams Ihres Unternehmens auf:

- Förderung des Teamgeistes
- Motivationssteigerung Ihrer Mitarbeiter
- Helfen Sie Ihren Mitarbeitern Stress besser abzubauen
- Verbesserung der Gesundheit
- Hoher Aufmerksamkeitswert Ihres Investments in Corporate Health
- Positionieren Sie sich als gesundheitsbewusster Arbeitgeber
- Die Steigerung der Alltagsbewegung ist eine der schönsten und zugleich effektivsten Formen der Aktivitätssteigerung
- Steigern Sie die Vitalität Ihrer wichtigsten unternehmerischen Resource, die Aktivität Ihrer Mitarbeiter
- Wirksamer Employment Benefit Ihres Unternehmens
- Hoher ROI (Return of Investment)



Anmeldung und Infos unter:  
[www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)

Was Sie beim  
stepbysteps.com  
WorldCup erhalten:

- einen 3D-Bewegungsmesser (Schrittzähler) der neusten Generation je Teammitglied (verbleibt nach dem Lauf im Besitz des Mitarbeiters)
- Einrichtung/Bereitstellung/ Zugang zur stepbysteps.com Online Plattform für jeden Teilnehmer
- Promotionpaket für jedes Team



stepbysteps.com  
WorldCup



[www.stepbysteps.com](http://www.stepbysteps.com)

## stepbysteps

### Das bedeutet Steigerung der Alltagsbewegung:

- Treppen steigen, statt Rolltreppe und Aufzug
- Eine Station früher aus dem Bus oder der Straßenbahn aussteigen und auf dem Weg zur Firma oder nach Hause steps sammeln.
- nicht direkt vor der Haustür parken
- bei kurzen Strecken PKW stehen lassen
- die kurze Besprechung mit einem Gang um den Block verbinden
- Morgens die Kinder zu Fuß in die Schule oder den Kindergarten bringen
- Aber natürlich gehört auch Bewegung und Sport dazu
- „Laufende“ Teambesprechungen



# stepbysteps

## Ihre täglichen Schritte eingeben:

Sie loggen sich auf [stepbysteps.com](http://stepbysteps.com) mit Ihren Zugangsdaten ein und geben morgens täglich Ihre Schritte des Vortages ein. Jedes Team hat einen Teamleiter und eine eigene Corporate Site. Ihren Teamnamen können Sie individuell festlegen.



Über die Rangliste sehen Sie auf welchem Platz Sie sich mit Ihrem Team aktuell befinden. Mit der Watch-Liste kann jeder einzelne Teilnehmer entscheiden, welche Teams z. B. „andere Teams meiner Firma“ er „beobachten“ möchte:

Teamfoto	Teamname	Stimmen
	Die Blüchschneisen	10.526.004
	Die Top Business	10.015.004
	Koalitions	8.012.333
	Team 100	7.000.000
	Die wilden Fittler	5.147.000
	Die Kassenrollen	4.000.000
	Schnackrennen	3.943.913



Der virtuelle Lauf um die Welt wird auf google maps angezeigt. Sie erhalten kurze Infos zu den Stationen/Locations und können virtuelle Postkarten von Ihren Etappenzielen verschicken.

Bitte ausgefüllt faxen an: +49 4192 816 91 41  
oder an die unten genannte Adresse schicken.

Firma/Institutionen.....

Steuernummer/UID-Nummer: .....

Straße/Postfach .....

PLZ/Ort.....

Telefon.....

Fax.....

E-mail .....

Website.....

Ansprechpartner .....

## Hiermit melden wir folgende Teams zum stepbysteps.com WorldCup an:

Anzahl Teams  zum Preis je Team (5 oder 7 Personen) von 549,00 € zzgl. MwSt.  
Ab 10 Teams erhalten Sie 10% Rabatt  
Gerne erstellen wir ein individuelles Angebot für Ihren eigenen FirmenCup.  
Buchung lt. Angebot vom \_\_\_\_\_

### Leistungen:

- 3D-Bewegungsmesser der neuesten Generation je Teammitglied
- Einrichtung / Bereitstellung / Zugang zur stepbysteps.com Onlineplattform für jeden Teilnehmer
- Promotionpaket

Bitte Termin eintragen:



Anmeldeschluss für die jeweiligen Wettbewerbe sind 32 Tage vor Start!  
Nachmeldung weiterer Teams bis 23 Tage vor Start möglich

Ort/Datum .....

Firmenstempel.....

Unterschrift .....

Mit dieser Anmeldung akzeptieren wir die AGB und die stepbysteps.com WorldCup Regeln.



www.stepbysteps.com  
ein Projekt des  
Corporate Health Institute GmbH

Assbrook 4-6  
D-24649 Wiemersdorf  
Tel.: +49 4192 816 91 40  
Fax: +49 4192 816 91 41  
info@stepbysteps.com