



# DOSU – FIT





## Inhaltsverzeichnis

- Hintergrund & Ziele
- Begriff der Fitness
- Dienstleistung aus Leidenschaft
- Umsetzung



## Hintergrund & Ziele

- 1) Sport als gemeinschaftliche Tätigkeit
- 2) Sport als Lebensbereicherung/ zur Steigerung der Lebensqualität

→ !!! Freude an der Firma !!!



## 1) Sport als gemeinschaftliche Tätigkeit

- Gegenseitiges Motivieren
- Gegenseitiges Unterstützen
- Schaffen eines WIR-Gefühls
- *(Kennenlernen außerhalb des Berufsalltags)*

→ übertragbar in den Beruf & entscheidend für  
die Firma!



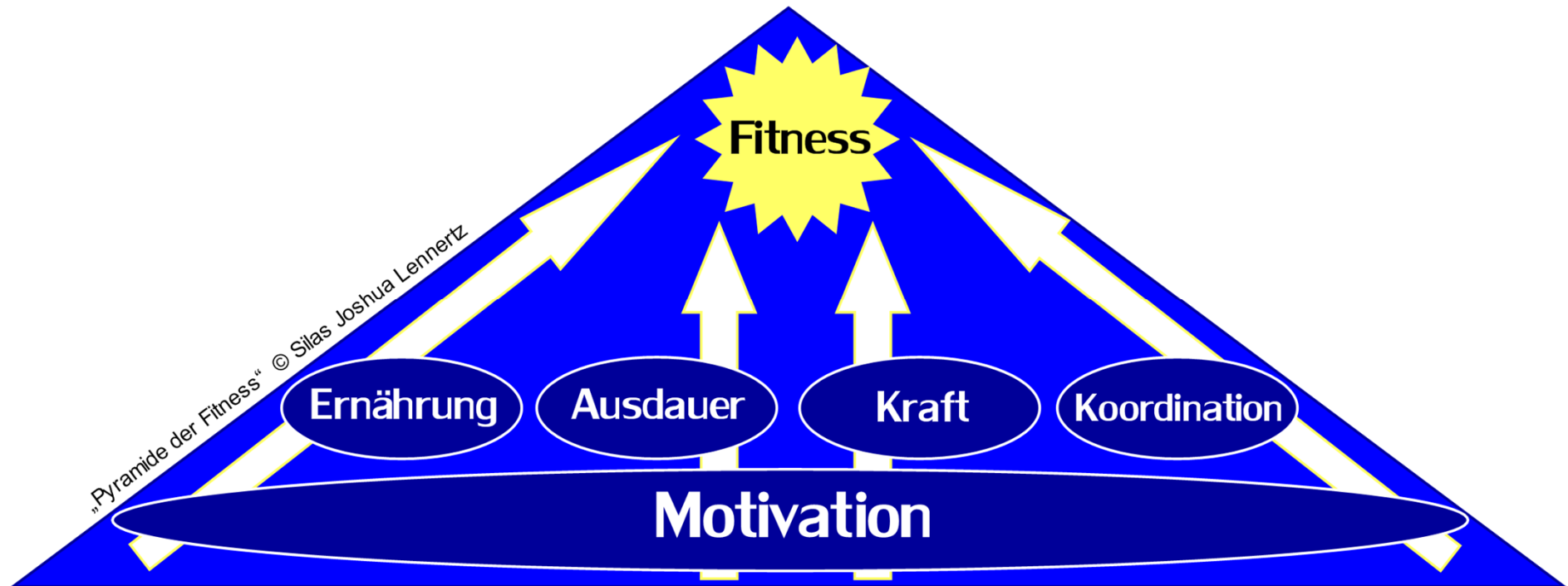
## 2) Sport als Lebensbereicherung/ zur Steigerung der Lebensqualität

- Stärkung von Geist und Seele
- Stoffwechseloptimierung
- Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Krankheiten sowie Krebs
- Gesundheit von Muskeln & Knochen

→ positive Auswirkungen auf die Tätigkeiten  
im Beruf



# Fitness





# Dienstleistung aus Leidenschaft

- Ordnung
- Disziplin
- Fitness
- Kreativität
  
- plus drei i= Initiative – Intelligenz – Innovation

Aus: [http://www.dosu.de/content/de/dienstleistung\\_aus\\_leidenschaft/Dienstleistung\\_aus\\_Leidenschaft.html](http://www.dosu.de/content/de/dienstleistung_aus_leidenschaft/Dienstleistung_aus_Leidenschaft.html),  
15.07.11



## Umsetzung

- Vorträge
- Trainingspläne
- Gemeinschaftliche Aktionen  
(AOK-Läufe, B2RUN, „1.FC DOSU“ & sonstiges)
- Professionelles Equipment