

## PRESSEMITTEILUNG

### **machtfit GmbH gewinnt das zertifizierte Online-Präventionsprogramm ‚BodyChange Gesundheit‘ als neuen Partner**

**BodyChange Gesundheit wurde von einem Experten Team unter Leitung von Sportwissenschaftlerin Anke Blöchl entwickelt. Präsentiert wird das 8-Wochen-Programm vom bekannten Fitness-Coach Detlef Soost. Das Programm ist einer der ersten Online-Bewegungskurse, der als Präventionskurs gemäß §20 SGB V zertifiziert ist. Somit kann das Programm vom Arbeitgeber nach § 3 Nr. 34 EStG lohnsteuerfrei bezuschusst werden.**

Berlin, 25. Januar 2017 – Die Digitalisierung setzt sich auch im Bereich Gesundheit durch. Nach zahlreichen Onlinecoachings zum Thema Stress oder Ernährung gibt es nun auch die ersten zertifizierten Bewegungsangebote, die online stattfinden. BodyChange Gesundheit ist ein achtwöchiges Präventionsprogramm, in dem Detlef Soost den Teilnehmern in Form von Videos, Bildern und Texten vermittelt, wie man seinen Körper fit und gesund hält. „Es handelt sich um ein Programm, welches speziell für die Anforderungen und Belastungen im Alltag entwickelt wurde. Das Ergebnis ist ein Online-Fitness-Programm, das unseren Teilnehmern vermittelt, wie sie in alltagsnahen Situationen durch kognitives und körperliches Bewegungstraining ihren Körper ein Leben lang fit und gesund halten. Das steigert nicht nur das Gefühl und Bewusstsein für den eigenen Körper, sondern auch die Lebensqualität erheblich.“ – so Soost.

Die machtfit GmbH arbeitet bundesweit mit mehr als 4.000 Gesundheitspartnern zusammen. Die Kooperation von machtfit mit BodyChange Gesundheit ermöglicht nun auch den derzeit über 80.000 Nutzern der betrieblichen Gesundheitsmanagement-Plattform „machtfit“ den Zugriff auf das zertifizierte Online-Programm.

Geschäftsführer von machtfit, Philippe Bopp, sieht in dem zertifizierten Onlineangebot eine Bereicherung für die machtfit-Plattform: „Gesundheitsmanagement besteht aus den klassischen Feldern Ernährung, Bewegung, Raucherentwöhnung und Stressmanagement. Mit zertifizierten Onlinekursen erreichen wir auch diejenigen Mitarbeiter, die zeitliche Flexibilität benötigen oder in ländlicheren Regionen wohnen. Unsere Kunden schätzen das breitgefächerte Kursangebot auf der machtfit-Plattform und Anbieter, wie Detlef Soost, schaffen Dank ihres Bekanntheitsgrads mehr Bewusstsein für die Notwendigkeit eines nachhaltigen Gesundheitsmanagements in Unternehmen.“

**Pressekontakt machtfrit:**

Christian Drongowski

Leiter Marketing

machtfrit GmbH

Schwedter Straße 8/9a

10119 Berlin

Telefon: 030 346 550 6-82

Email: [christian.drongowski@machtfrit.de](mailto:christian.drongowski@machtfrit.de)

[www.machtfrit.de](http://www.machtfrit.de)

**Über machtfrit GmbH**

Die machtfrit GmbH wurde 2011 in Berlin gegründet und entstand aus einem Projekt an der Technischen Universität Berlin. Seit Januar 2012 bringt machtfrit Unternehmen, Gesundheitsanbieter und Arbeitnehmer zusammen und kreiert ein einmaliges Netzwerk zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Mehrere zehntausend Arbeitnehmer aus unterschiedlichen Branchen haben bereits Zugriff auf die Angebote der machtfrit-Plattform. Zu den machtfrit Kunden zählen u.a. die Deutsche Bahn, die Sparda Bank, Vattenfall Europe, N24, ADAC und die AOK.