

UNIGYM

Dopo il rinnovo degli uffici e delle aree comuni e la creazione di tre nuove sale riunioni, Unigum inaugura **UNIGYM**, il nuovo spazio ludico-sportivo nato per promuovere un ambiente di lavoro "ACTIVE".

Citando un recente articolo pubblicato sul Sole 24 Ore:
«Ricerche scientifiche hanno dimostrato che lo sport e l'attività fisica sul posto di lavoro avvantaggiano i dipendenti e migliorano la produttività»

Unigum promuove **anche** attraverso **UNIGYM** uno stile di vita sano ed equilibrato.

L'attività fisica, oltre a mantenerci in forma, gioca infatti un ruolo fondamentale nella gestione dello stress, riducendo gli stati di ansia e aiutando a dissipare emozioni negative come rabbia, paura e frustrazione.

#BeHealthy #BeSafe #UNIGYM

CARATTERISTICHE

UNIGYM nasce in un open space di 100 mq, con una pavimentazione in gomma vergine chiamata "Motion" che garantisce una perfetta proporzione tra grip e scivolamento, privilegiando il comfort e la resistenza. E' stata dotata di attrezzature di ultima generazione Technogym tra cui la Excite treadmill run 500 (Tapis roulant), la Excite plus bike 500 (Bike) e la Kinesis station press.

La sua peculiare struttura si adatta ad ogni tipo di attività di gruppo, come ad esempio la danza, l'aerobica e il pilates. Lo spazio infatti non sarà solo un luogo di allenamento individuale ma è stato pensato anche con l'obiettivo di essere un ambiente dove poter sviluppare attività alternative di team building, ginnastica posturale e rilassamento.

ALLENARSI IN SICUREZZA

Il 5 ottobre 2018, con il contributo del personal trainer Federico Garbinesi, è stato organizzato un training specifico sull'utilizzo delle attrezzature disponibili e sulle buone pratiche di riscaldamento per dare a tutti gli utenti i giusti strumenti per allenarsi in sicurezza ed evitare gli errori più comuni che si compiono in fase di allenamento.

La Sicurezza e la Salute prima di tutto



#BeHealthy #BeSafe #UNIGYM

Unigum S.p.A.

Via V. Emanuele, 20 50041 - Calenzano (FI)

T. 0558868401 | www.unigum.it | info@unigum.it