

Weshalb wir  
für Ihr Unternehmen  
**der richtige Partner in Sachen  
Personal-Company-Training  
sind.**

STAG  
*the club*

EXKLUSIVE PERSONAL  
**FITNESS**

≡ INHALTSVERZEICHNIS

SEITE 3

Wer wir sind

SEITE 4

Unser Konzept

SEITE 5

Die Vorteile für Ihr  
Unternehmen

SEITE 6

Die Vorteile für  
Ihre Mitarbeiter

SEITE 7

Die Lösung/  
drei Säulen

SEITE 8

Was STAG the club so  
besonders macht

SEITE 9

Deal or no deal?



# Erfahren Sie jetzt!

Per Mausklick im  
Inhaltsverzeichnis kommen  
Sie auf die gewünschte

SEITE



SEITE 3

Wer wir sind

SEITE 4

Unser Konzept

SEITE 5

Die Vorteile für Ihr  
Unternehmen

SEITE 6

Die Vorteile für  
Ihre Mitarbeiter

SEITE 7

Die Lösung/  
drei Säulen

SEITE 8

Was STAG the club so  
besonders macht

SEITE 9

Deal or no deal?

## Wer wir sind

Die STAG the Club GmbH ist ein Personal Training Studio in Hamburg-Altona.



LARS KERSCHIES

Gründer & Personal Trainer  
Fitnesstrainer A-Lizenz  
Ernährungsberater

Als Profisportler mit mehrfachen Weltmeistertiteln im Segeln und mit jahrelanger Kampfsport-Erfahrung, weiß Lars genau was zu tun ist, um Ziele zu erreichen. Inzwischen hat sich Lars als neues Ziel gesetzt, hier im Herzen von Hamburg, als Personal Trainer anderen Menschen zu helfen, ihre persönlichen Erfolge zu feiern.

SEITE 3



FABIO PELEGRIN

Lizenzierter Personal Trainer  
Ernährungsfachberater  
Ehemaliger Profi-Footballspieler

Als lizenzierter Personal Trainer, Ernährungsfachberater, Kraftsportler aus Leidenschaft, ehemaliger Profi-Footballspieler und dank seines jahrelangem Sportlerdaseins ist Fabio genau der richtige Wegbegleiter, um Ihre gewünschten Ziele in Angriff zu nehmen und zeitnah zu erreichen.



VALENTINO VILLA

Personal Trainer  
Lizenzierter Fitnesstrainer  
Ernährungsberater

Valentino sorgt dafür, dass Sie begeistert am Ball bleiben. Denn Beständigkeit ist der Weg zu Ihrem Ziel. Mit 25 Jahren Erfahrung in Sport und Ernährung begleitet er Sie sicher auf Ihrem Weg.

SEITE 3

Wer wir sind

SEITE 4

Unser Konzept

SEITE 5

Die Vorteile für Ihr Unternehmen

SEITE 6

Die Vorteile für Ihre Mitarbeiter

SEITE 7

Die Lösung/  
drei Säulen

SEITE 8

Was STAG the club so besonders macht

SEITE 9

Deal or no deal?

## Unser Konzept

»Mitarbeiter fit – Unternehmen fit« Leistungssteigerung auf beiden Seiten!  
Eine **Trainingsfläche** – nur für **Sie** und **Ihre Mitarbeiter**. Und **immer nur unter** der **Anleitung eines Personal Trainers**.

### Ihre Ziele. Unser Konzept. STAG.

Unser Trainingskonzept für Sie basiert auf den neuesten Erkenntnissen der Sportwissenschaft. Nach einer ausführlichen Anamnese – Erfassung der Körperzusammensetzung mit unserer InBody 570 Waage, Bewegungs-Screening, Lifestyle-Analyse, eine klare Zieldefinition, uvm. – erstellen wir ein maßgeschneidertes Trainingsprogramm für Sie.

Des Weiteren beinhaltet unser Training, neben vollster Aufmerksamkeit für Ihre Person, eine regelmäßige Erfolgskontrolle. Diese findet nicht nur über unsere InBody 570 Waage statt, sondern auch durch eine akribische Trainings-Dokumentation. Nur damit ist ein kontinuierlicher Fortschritt im Bezug auf Ihre Leistungsfähigkeit gesichert.

Wir nehmen uns die Zeit, auf individuelle Beschwerden einzugehen. Ebenso wichtig wie das eigentliche Training ist unseren empathischen und erfahrenen Trainern Ihre Motivation sowie die Vermittlung von Spaß an Bewegung.

Wir sind stets für Sie da!

### Wählen Sie zwischen unseren zwei Modellen

1. Sie kommen zu uns ins Studio
2. Wir kommen zu Ihnen ins Büro

## Die Vorteile für Ihr Unternehmen

- **KOSTENEINSPARUNGEN** durch **niedrigeren Krankenstand**
- **HARMONISCHES ARBEITSUMFELD** durch **ausgeglichene Mitarbeiter**
- **HÖHERE PRODUKTIVITÄT** durch **verbesserte Leistungsfähigkeit**
- **GERINGERE FLUKTUATION** durch **stärkere Mitarbeiterbindung**
- **POSITIVES IMAGE** nach **innen und außen**
- **IMMER EINEN SCHRITT VORAUS** mit **unserem innovativen Konzept**
- **STEUERLICHE VORTEILE** durch **Sachbezugsfreigrenze**



Bundesministerium  
für Gesundheit

Eine sinnvolle Investition in die Gesundheit seiner Mitarbeiter laut Bundesministerium für Gesundheit.

Sachzuwendungen an Mitarbeiter bleiben bis zu 44 Euro pro Monat steuerfrei (§ 8 Abs. 2 Satz 9 EStG) und nach § 3 Abs. 1 Satz 3 S vEV auch sozialversicherungsfrei.

## Die Vorteile für Ihre Mitarbeiter

- **GRUPPENTRAINING** für maximal **5 Personen**
- **AUSFÜHRLICHE ANAMNESE** und **individuelle Betreuung**
- **BESSERE FITNESS** und **Stressabbau**
- **GESUNDHEIT** und **Prävention**
- **GESTEIGERTE IDENTIFIKATION** durch **Stärkung des Wir-Gefühls**
- **HÖHERE MOTIVATION** und **Leistungsfähigkeit in allen Lebenslagen**
- **MEHR LEBENSQUALITÄT** durch **optimales Zeitmanagement**

≡ INHALTSVERZEICHNIS

SEITE 3

Wer wir sind

SEITE 4

Unser Konzept

SEITE 5

Die Vorteile für Ihr Unternehmen

SEITE 6

Die Vorteile für Ihre Mitarbeiter

SEITE 7

Die Lösung/  
drei Säulen

SEITE 8

Was STAG the club so besonders macht

SEITE 9

Deal or no deal?

☰ INHALTSVERZEICHNIS

SEITE 3  
Wer wir sind

SEITE 4  
Unser Konzept

SEITE 5  
Die Vorteile für Ihr Unternehmen

SEITE 6  
Die Vorteile für Ihre Mitarbeiter

SEITE 7  
Die Lösung/  
drei Säulen

SEITE 8  
Was STAG the club so besonders macht

SEITE 9  
Deal or no deal?

LEBENSSTIL

Ernährung  
& Schlaf

Ernährungs-  
beratung/Coaching –  
nutzen Sie unsere  
App!

1

BEWEGUNG

Sport

Individuelle  
Förderung!

2

MINDSET

Ver-  
änderung  
fängt  
im Kopf  
an

3

## Was STAG the club so besonders macht

- 30 Minuten funktionelles Training, wie maßgeschneidert für Ihre Mittagspause.
- Ihr Training findet nur unter der Anleitung eines Personal Trainers statt.
- Kontinuierliche Analyse und Optimierung Ihres Trainingsplans.
- Individuelles Training auf höchstem Niveau und eine Trainingsfläche nur für Sie und Ihre Mitarbeiter.
- Wir gehen auf die Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter ein und fördern ganz gezielt jeden Einzelnen.
- Inhouse Training in Ihren Räumlichkeiten – Sie haben die Wahl.

**Natürlich bekommen Sie auf Wunsch auch Einzeltraining bei STAG!**



Nur  
30 Sekunden  
von der  
S-Bahn  
entfernt!



SEITE 3  
Wer wir sind

SEITE 4  
Unser Konzept

SEITE 5  
Die Vorteile für Ihr  
Unternehmen

SEITE 6  
Die Vorteile für  
Ihre Mitarbeiter

SEITE 7  
Die Lösung/  
drei Säulen

SEITE 8  
Was STAG the club so  
besonders macht

SEITE 9  
Deal or no deal?

**Jetzt liegt die Entscheidung bei Ihnen ...**

**DEAL OR  
NO DEAL?**

**... motivierte und zufriedene  
Mitarbeiter zu haben, die mit Ihnen  
die Zukunft erobern!**

**Los gehts:  
Kommen Sie in unser Probetraining  
und überzeugen Sie sich selbst!**

**DEAL!**

**Wir freuen uns  
schon auf Sie!**