



การฝึก **EMS** ในฐานะสวัสดิการขององค์กร

พนักงานมีสุขภาพดีขึ้น ประสิทธิภาพการทำงานสูงขึ้น และการลา
ป่วยลดลง

WWW.BODYPULSIO.COM



การทำงานแบบนั่งเป็นเวลานานเป็นหนึ่งในสาเหตุหลัก
ของปัญหาสุขภาพของพนักงานออฟฟิศ

พนักงานส่วนใหญ่นั่งทำงานวันละประมาณ 7-9 ชั่วโมง

ซึ่งมักส่งผลให้เกิดอาการปวดหลัง ปวดคอ ปวดไหล่
และความอ่อนล้าโดยรวม

ปัญหาเหล่านี้ส่งผลโดยตรงต่อประสิทธิภาพการทำงาน
และสมาธิในการทำงาน

STUDIO BODY PULSIO





ผลกระทบของการทำงานแบบนั่ง เป็นเวลานานต่อองค์กร

การทำงานแบบนั่งเป็นเวลานานเป็นหนึ่งในสาเหตุที่พบบ่อยที่สุดของการ
ลาป่วยในอาชีพสำนักงาน

พนักงานออฟฟิศประมาณ 60-70% มีอาการปวดหลังหรือปวดคอเป็น
ประจำ

มากกว่า 40% ของการลาป่วยในตำแหน่งงานด้านธุรการเกี่ยวข้องกับ
ปัญหาของระบบกล้ามเนื้อและกระดูก

ระยะเวลาการลาป่วยจากอาการปวดหลังโดยเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 14-21
วันต่อพนักงานหนึ่งคนต่อปี

การขาดงานเหล่านี้ส่งผลโดยตรงต่อประสิทธิภาพการทำงาน ผลการ
ทำงาน และต้นทุนขององค์กร

STUDIO BODY PULSIO



โซลูชัน: การฝึก EMS

การฝึก **EMS** เป็นโซลูชันที่ทันสมัยและมีประสิทธิภาพในการแก้ไขปัญหาสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการทำงานแบบนั่งเป็นเวลานาน

ด้วยการกระตุ้นไฟฟ้า กลุ่มกล้ามเนื้อลึกที่มักถูกละเลยในการออกกำลังกายแบบทั่วไปจะถูกกระตุ้นให้ทำงาน

ภายในหนึ่งเซสชัน ร่างกายทั้งหมดจะทำงานพร้อมกันโดยไม่ก่อให้เกิดการรับน้ำหนักเกินที่ข้อต่อหรือเอ็น

การฝึก EMS ช่วยเสริมสร้างระบบกล้ามเนื้อแกนลึกและช่วยปรับปรุงท่าทางของร่างกาย

การฝึก EMS อย่างสม่ำเสมอช่วยบรรเทาอาการปวดหลัง ปวดคอ และความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ

ทั้งหมดนี้เกิดขึ้นภายในเวลาเพียง 20 นาทีเท่านั้น



เหตุใด **EMS** จึงเป็นสวัสดิการองค์กรที่เหมาะสม

- การฝึก EMS ถูกออกแบบมาให้สามารถเข้ากับวันทำงานปกติได้อย่างลงตัว
- เวลาที่ใช้ต่อหนึ่งเซสชันมีเพียง 20 นาที
- การฝึกเป็นแบบตัวต่อตัว ภายใต้การดูแลของเทรนเนอร์มืออาชีพ EMS เหมาะสำหรับพนักงาน แม้ไม่มีประสบการณ์ด้านการออกกำลังกายมาก่อน
- ด้วยการออกแบบที่ลดแรงกระแทก การฝึกจึงปลอดภัยต่อข้อต่อและเอ็น
- สามารถเห็นผลลัพธ์ที่ชัดเจนได้ภายในไม่กี่สัปดาห์ของการฝึกอย่างสม่ำเสมอ





ประโยชน์สำหรับนายจ้าง

A

การนำการฝึก EMS มาเป็นสวัสดิการองค์กร ช่วยลดการขาดงานของพนักงาน

B

พนักงานที่มีสุขภาพดีจะมีประสิทธิภาพในการทำงานสูงขึ้นและมีสมรรถนะดีขึ้น

C

การฝึก EMS เป็นสวัสดิการสมัยใหม่ที่พนักงานใช้งานจริง

D

การฝึก EMS มีส่วนช่วยเสริมสร้างภาพลักษณ์ขององค์กรในฐานะนายจ้างที่น่าสนใจ

E

การลงทุนในการดูแลสุขภาพเชิงป้องกันของพนักงานให้ผลตอบแทนในระยะยาวผ่านกำลังคนที่มีความมั่นคงมากขึ้น

รูปแบบความร่วมมือ

ระดับที่ 1 – โปรแกรมแนะนำพันธมิตร

บริษัทสามารถแนะนำการฝึก EMS สวัสดิการด้านสุขภาพจากพันธมิตรให้กับพนักงานของตนได้

พนักงานมีสิทธิ์ได้รับส่วนลดสมาชิก 15% สำหรับการใช้บริการที่สตูดิโอ BODY PULSIO โดยสิทธิ์นี้ได้รับจากบริษัทของตน

รูปแบบความร่วมมือนี้ไม่จำเป็นต้องมีค่าใช้จ่ายหรือการสนับสนุนทางการเงินจากนายจ้าง

ระดับที่ 2 – โปรแกรมดูแลสุขภาพพนักงานขององค์กร

การฝึก EMS สามารถถูกรวมเป็นส่วนหนึ่งของระบบสวัสดิการพนักงานอย่างเป็นทางการของบริษัท

บริษัทสามารถเลือกให้สิทธิ์สมาชิกแบบชำระเต็มจำนวนหรือสนับสนุนค่าใช้จ่ายบางส่วนได้

สวัสดิการสามารถปรับตามตำแหน่งงาน ระยะเวลาการทำงาน หรือเกณฑ์ด้านผลงาน

การฝึก EMS จึงกลายเป็นส่วนหนึ่งของโปรแกรมดูแลสุขภาพพนักงานในระยะยาว

สิทธิประโยชน์เริ่มต้นเมื่อเริ่มความร่วมมือ

เมื่อเริ่มต้นความร่วมมือ บริษัทจะได้รับแพ็คเกจสิทธิประโยชน์เริ่มต้นโดยอัตโนมัติ

แพ็คเกจเริ่มต้นประกอบด้วยคู่มือจำนวน 15 ใบ สำหรับการฝึก EMS ครั้งแรก ฟรี
มูลค่ารวมของคู่มือทั้งหมดเท่ากับ 8,985,- THB

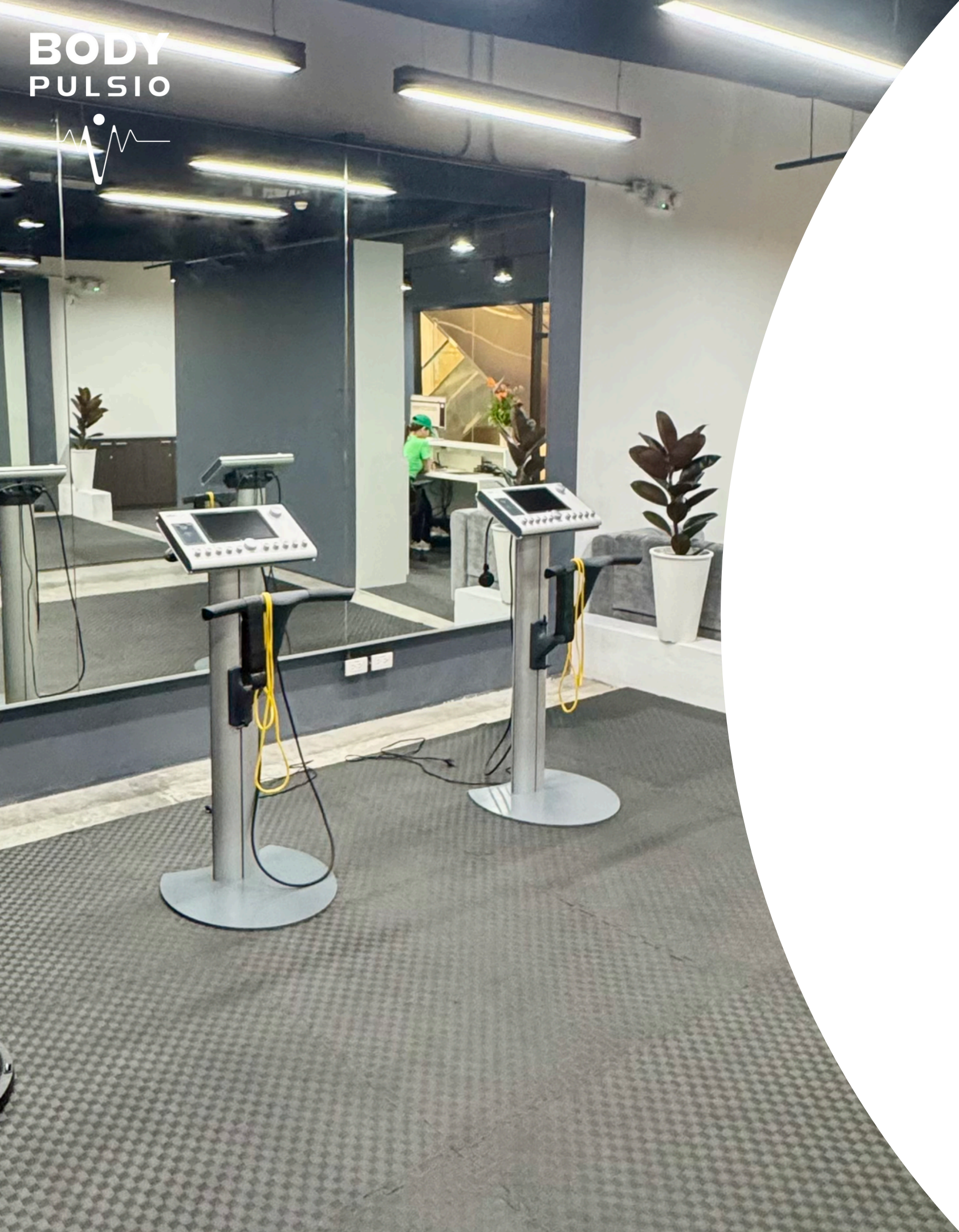
นอกจากนี้ แพ็คเกจยังรวมถึง แพ็คเกจสมาชิก BODY PULSIO แบบเต็มจำนวน 4 รายการ
มูลค่ารวมของแพ็คเกจสมาชิกทั้งหมดคือ 59,996,- THB

สิทธิประโยชน์เริ่มต้นนี้มีวัตถุประสงค์หลักสำหรับผู้บริหาร ฝ่ายทรัพยากรบุคคล และพนักงานหลักของบริษัท

รูปแบบการดำเนินงานความร่วมมือ

โปรแกรมทั้งหมดได้รับการออกแบบมาเพื่อไม่สร้างภาระให้กับฝ่ายทรัพยากรบุคคลหรือฝ่ายบริหารของบริษัท

- **BODY PULSIO** ดูแลด้านการจัดการ การสื่อสาร และงานธุรการทั้งหมด
- พนักงานทำการจองผ่านระบบจองออนไลน์
- บริษัทสามารถติดตามการใช้สิทธิประโยชน์ได้โดยไม่ต้องมีการจัดการเชิงรายละเอียด
- โปรแกรมสามารถปรับเปลี่ยนได้อย่างยืดหยุ่นตามความต้องการและขนาดของบริษัท
- ความร่วมมือจะดำเนินการหลักที่สตูดิโอ BODY PULSIO โดยสามารถขยายไปสู่การให้บริการนอกสถานที่ได้



สถานที่และรูปแบบการฝึกซ้อม **BODY PULSIO**

การฝึก EMS ดำเนินการเป็นหลักที่สตูดิโอ BODY PULSIO ซึ่งเป็นสตูดิโอระดับมืออาชีพ

สตูดิโอมีมาตรฐานด้านคุณภาพและความปลอดภัยในระดับสูง ตามแนวปฏิบัติของยุโรป

บรรยากาศของสตูดิโอมีความสะดวกสบายและเหมาะสมสำหรับลูกค้าองค์กรและผู้บริหาร

รูปแบบนี้เหมาะอย่างยิ่งสำหรับทีมขนาดใหญ่หรือความต้องการด้านการดำเนินงานเฉพาะด้าน

THANK YOU

สามารถติดต่อเราเพื่อขอรับคำปรึกษาโดยไม่มีข้อผูกมัดได้

📍 SKYY9 CENTRE, BANGKOK

554 ถนนอโศก - ดินแดง แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ
10400

(ประมาณ 500 เมตรจาก CENTRAL พระราม 9)

💬 LINE OFFICIAL ACCOUNT
@BODYPULSIO

✉ E-MAIL
INFO@BODYPULSIO.COM

☎ PHONE: 096 725 6541

WWW.BODYPULSIO.COM