



EMS TRAINING AS A CORPORATE BENEFIT

HEALTHIER EMPLOYEES. HIGHER PERFORMANCE.
LOWER ABSENTEEISM.

WWW.BODYPULSIO.COM



A sedentary work style is one of the main causes of health problems among office employees.

Most employees spend 7–9 hours a day sitting.

This often results in back pain, neck and shoulder pain, and overall fatigue.

These issues have a direct impact on work performance and concentration.

STUDIO **BODY PULSIO**





Impact of sedentary work on the company

Sedentary work is among the most common causes of sick leave in office-based professions.

Up to 60–70% of office employees regularly suffer from back or neck pain.

More than 40% of sick leave in administrative positions is related to musculoskeletal issues.

The average duration of sick leave due to back pain ranges from 14 to 21 days per employee per year.

These absences have a direct impact on productivity, work performance, and company costs.

STUDIO BODY PULSIO





SOLUTION: EMS TRAINING

EMS TRAINING REPRESENTS A MODERN AND EFFECTIVE SOLUTION TO HEALTH ISSUES ASSOCIATED WITH SEDENTARY WORK.

Through electrical stimulation, deep muscle groups that are often neglected during conventional exercise are activated.

During a single session, the entire body works simultaneously without overloading joints or ligaments.

EMS training strengthens the deep stabilizing system and contributes to improved posture.

Regular EMS training leads to relief from back pain, neck pain, and muscular overload.

All of this takes place within just 20 minutes.



WHY EMS IS AN IDEAL CORPORATE BENEFIT

- **EMS training** is designed to fit into a standard working day.
- The time required for one session is only **20 minutes**.
- Training is conducted individually under the supervision of a **professional trainer**.
- EMS is suitable even for employees without prior sports experience.
- Thanks to gentle loading, the **training is safe** for joints and ligaments.
- Results are measurable after just a few weeks of **regular training**.





BENEFITS FOR EMPLOYERS

A

Introducing EMS training as a corporate benefit helps reduce employee absenteeism.

B

Healthier employees achieve higher work performance and better concentration.

C

EMS training represents a modern benefit that employees actually use.

D

EMS training contributes positively to building an attractive employer brand.

E

Investment in employee health prevention pays off in the long term through a more stable workforce.

COOPERATION OPTIONS

Level 1 – Referral program

The company may recommend EMS training as a partner health benefit for its employees.

Employees are entitled to a 15% discount on membership at the BODY PULSIO studio thanks to their employer.

This form of cooperation requires no financial contribution from the employer.

Level 2 – Corporate employee well-being program

EMS training can be included as part of the official employee benefits system.

The company may choose fully covered memberships or partial financial contributions.

The benefit can be adjusted based on job position, length of employment, or performance criteria.

EMS training thus becomes part of a long-term employee health care program.

INITIAL BENEFIT AT THE START OF COOPERATION

At the start of cooperation, the company automatically receives an initial benefit package.

The initial package includes 15 vouchers for a FREE introductory EMS training session.
The total value of these vouchers is CZK 8,850.

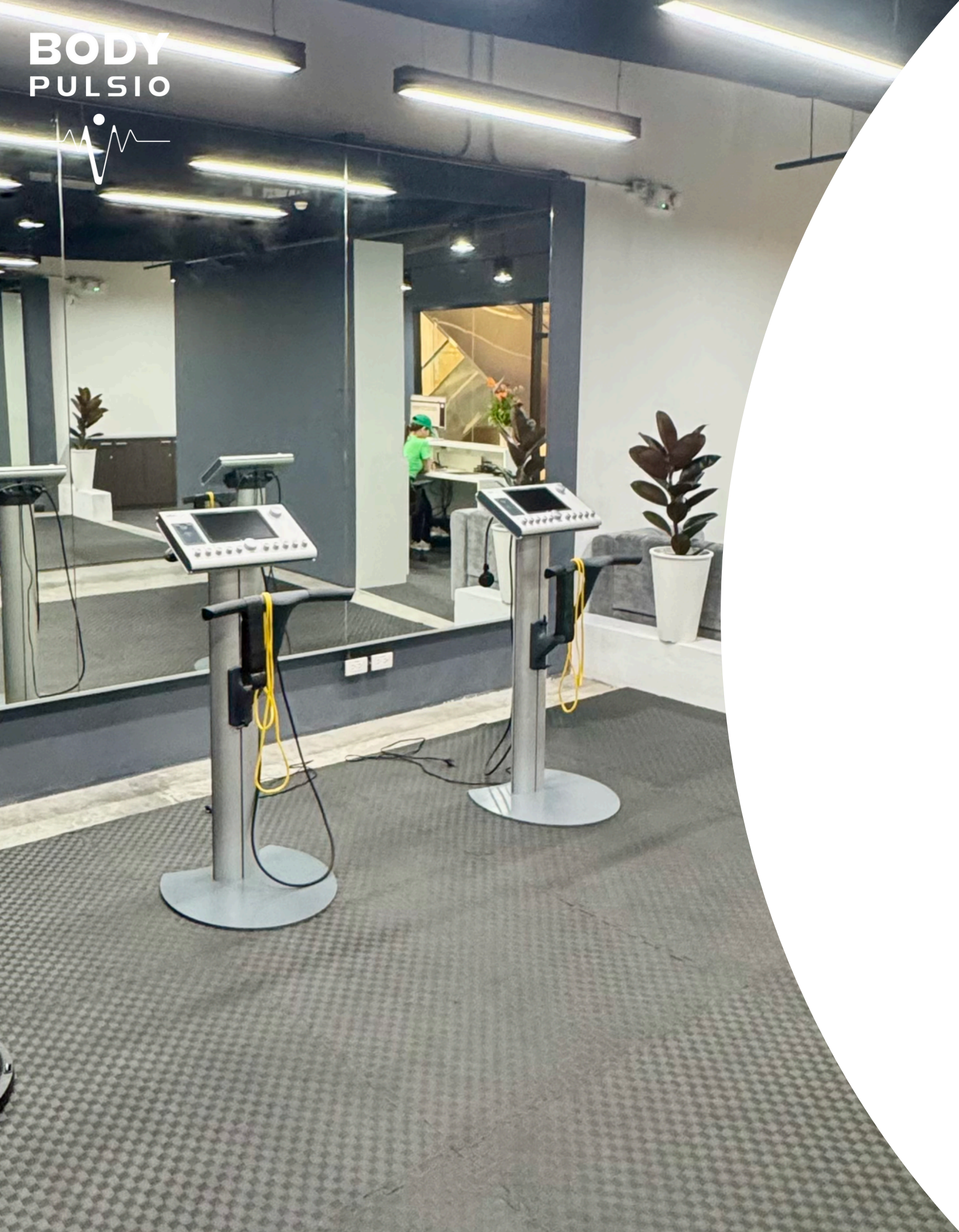
In addition, the package includes 4 full BODY PULSIO membership packages.
The total value of the membership packages is CZK 59,996.

The initial benefit is primarily intended for management, HR, and key employees of the company.

HOW THE COOPERATION WORKS

The entire program is designed not to burden the company's HR or management.

- BODY PULSIO handles all organization, communication, and administration.
- Employees make reservations through the booking system.
- The company has an overview of benefit usage without the need for detailed management.
- The program can be flexibly adjusted according to the needs and size of the company.
- The cooperation primarily takes place at the BODY PULSIO studio, with an option to extend it to on-site solutions.



WHERE AND HOW THE TRAINING TAKES PLACE

BODY PULSIO

EMS training takes place primarily at the professional BODY PULSIO studio.

The studio meets high quality and safety standards based on European practices.

The studio environment is comfortable and suitable for corporate and managerial clients.

This option is particularly suitable for larger teams or specific operational needs.

THANK YOU

Feel free to contact us for a non-binding consultation.

📍 SKYY9 CENTRE, BANGKOK
554 THANON ASOK – DIN DAENG, DIN
DAENG, BANGKOK 10400
(APPROX. 500 M FROM CENTRAL RAMA 9)

💬 LINE OFFICIAL ACCOUNT
@BODYPULSIO

✉ E-MAIL
INFO@BODYPULSIO.COM

☎ PHONE: +66 96 725 6541

WWW.BODYPULSIO.COM



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 เหมาะ
สำหรับพนักงาน 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

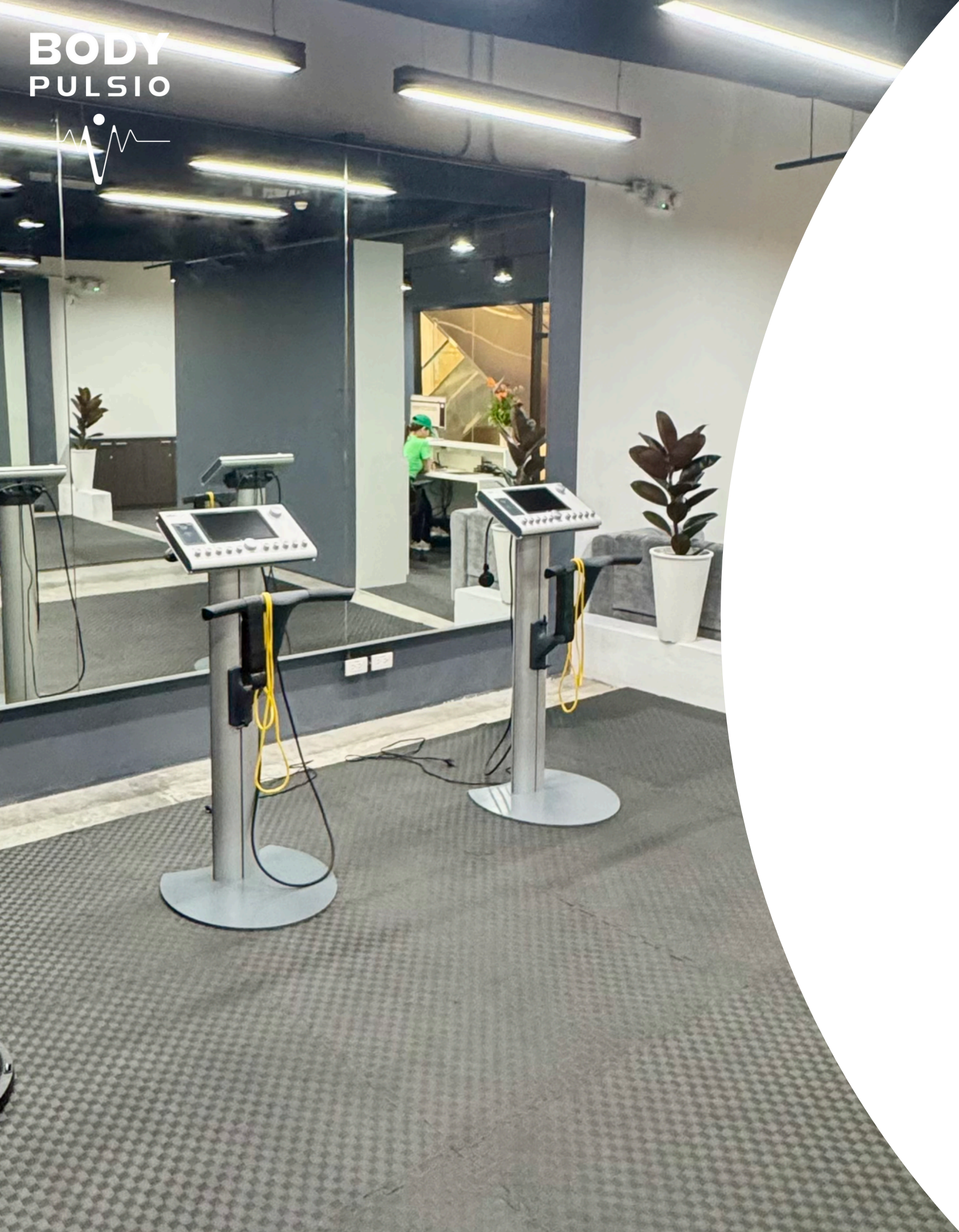
นอกจากนี้ แพ็คเกจยังรวมถึง แพ็คเกจสมาชิก BODY PULSIO แบบเต็มจำนวน 4 รายการ
มูลค่ารวมของแพ็คเกจสมาชิกทั้งหมดคือ 59,996,- THB

สิทธิประโยชน์เริ่มต้นนี้มีวัตถุประสงค์หลักสำหรับผู้บริหาร ฝ่ายทรัพยากรบุคคล และพนักงานหลักของบริษัท

รูปแบบการดำเนินงานความร่วมมือ

โปรแกรมทั้งหมดได้รับการออกแบบมาเพื่อไม่สร้างภาระให้กับฝ่ายทรัพยากรบุคคลหรือฝ่ายบริหารของบริษัท

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



**BODY
PULSIO**



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