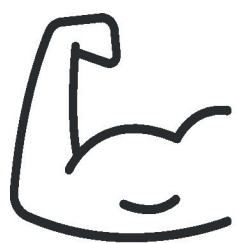


工作强化训练

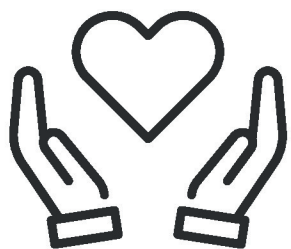
助您胜任工作，强健生活

什么是工作强化训练？



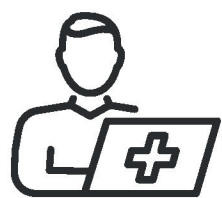
- 6-12 周个性化锻炼计划
- 助您提升力量与身体感知力
- 助您为工作做好准备

为什么推荐您参加？

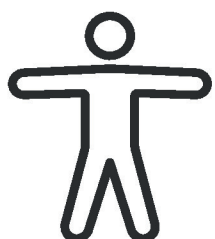


- 您是新入职员工
- 即将转岗至体力要求更高的岗位
- 雇主希望降低工伤风险

我需要做什么？



1 按时参加每周训练



2 在工作之外完成锻炼



3 每天花 15 至 20 分钟完成锻炼