

# FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH

Seit 2019 jährlich von  
1. Oktober bis 19. November



# Das ist die Firmenchallenge Österreich

## Gesundheitsprogramm

---

Seit 2019 ist die Firmenchallenge Österreich DAS **wissenschaftlich** fundierte digitale **50-Tage-Gesundheitsprogramm** für Unternehmen und deren Mitarbeitende, das **spielerisch eine positive Lebensstilveränderung** ermöglicht.

## Gesundheitsförderung

---

Das neue BGF:  
Mit der Firmenchallenge verbinden wir **innovative Gesundheitsförderung**, **attraktives Employer Branding** und **soziale Verantwortung** wirksam und authentisch miteinander.

## Gesundheitskultur

---

Der niederschwellige **Gamification-Ansatz** macht Gesundheit zum **Teamerlebnis**, stärkt Identifikation und Know-how und steigert die **Arbeitgeberattraktivität** - die Ergebnisse sprechen für sich.

**Aktivierung & Wissensaufbau | 100% Teilhabe & einfacher Zugang für alle | kein Sachbezug & ESG-konform**

# Wieso gibt es die Firmenchallenge?

## Ausgangslage

**“Nur 26% der Männer und 21,1% der Frauen erfüllen die für Bewegung empfohlenen Mindestkriterien.“**

(STATISTIK AUSTRIA - Gesundheitsbefragung 2019: Bevölkerung in Privathaushalten von 18 bis 64 Jahren)

## Neue Bewegungskultur in Österreich

Übergeordnetes Ziel der Firmenchallenge Österreich ist es gemeinsam mit den **Partnern und den teilnehmenden Firmen (!)** – wissenschaftlich fundiert - eine **neue Bewegungskultur in Österreich zu schaffen.**

Dabei vereint sie drei Themen, die uns „bewegen“: **Gesundheit, Umwelt & Wirtschaft**

# Ehrenamtliche Botschafter:innen

unterstützen die Firmenchallenge für eine neue Bewegungskultur in Österreich.



**PETER  
LEHNER**



**DR. ALEXANDER  
BIACH**



**DI WALTER  
RUCK**



**KARLHEINZ  
KOPF**



**MAG. JOCHEN  
DANNINGER**



**PETER  
HAUBNER**



**HANS  
NISSL**



**KIRA  
GRÜNBERG**



**MICHAEL  
WALCHHOFER**



**PROF. DR. KURT  
MATZLER**



**NICOLE  
TRIMMEL**



**LIZZ  
GÖRGL**



**WOLFGANG  
FASCHING**



**NICI  
SCHMIDHOFER**



**CLEMENS  
DOPPLER**



**ARMIN  
ASSINGER**



**ANDREAS  
ONEA**



**ALEXANDER  
POINTNER**



**THOMAS  
MORGENSTERN**



**PROF. DR. HANS-PETER  
HUTTER**



**HELGE  
PAYER**

und viele mehr ...

# Ehrenamtlicher Advisory-Board

für die bedarfsgerechte Weiterentwicklung der Firmenchallenge Österreich



*“Es nutzen meistens die ohnehin Sportlichen die betrieblichen Angebote”*

# Basierend auf wissenschaftlichen Erkenntnissen

Studie marketagent.com 2019/2023



90% finden es leichter, mit Angeboten wie der Firmenchallenge am Ball zu bleiben

(Quelle: repr. Teilnehmerumfrage 2025)

## Warum 50 Tage?

Der Zeitraum über 50 Tage ist **nicht zufällig** gewählt. Laut wissenschaftlichen Erkenntnissen ist nach dieser Zeitspanne die Wahrscheinlichkeit groß, **neue Verhaltensweisen nachhaltig in den Alltag zu integrieren** und „Rückfälle“ zu vermeiden.

**Knapp 50%** der Mitarbeiter:innen wünschen sich mehr Angebote zu **FOOD-MOVE-MIND**

**47,3%** wünschen sich von der Firma mehr Unterstützung bei **Mentaler Fitness** (55% bei den **18-29-Jährigen**)

**38,8%** wünschen sich von der Firma **mehr Unterstützung** im Bereich Bewegung

\*BGF April 2019 & 2023 – repräsentative Studie von marketagent.com im Auftrag von SPORTS.Selection

**61,8%** haben **keinen Zugang** zu **(Betriebs-)Sportangeboten**

(Quelle: ÖBSV 2019)



# Wir rauben uns lebenswerte Jahre

	Österreich	Schweden
Lebenserwartung Männer	79,3 Jahre	81,9 Jahre
Lebenserwartung Frauen	84 Jahre	85,1 Jahre
Lebenswerte Jahre in (sehr) guter Gesundheit - Männer	63,1 Jahre	72,8 Jahre
Lebenswerte Jahre in (sehr) guter Gesundheit - Frauen	64,7 Jahre	72,7 Jahre

Bei einer vergleichbaren Lebenserwartung haben schwedische Frauen **8 Jahre** in (sehr) guter Gesundheit mehr, schwedische Männer sogar um **9,7 Jahre**

# Mission & Ziel der Firmenchallenge

## Mission

- Bewegung & Sport nachhaltig in den Alltag integrieren
- Sensibilisierung für Ernährung und mentale Fitness
- Förderung der Umwelt
- Lebensstilveränderung in 50 Tagen

## Wie funktioniert's?

- 50 Tage lang über die App Bewegungsminuten sammeln
- Gruppendynamisch im Team mit Kolleg:innen
- Positiver Wettbewerb mit vergleichbaren Firmen (5 Kategorien)
- Tägliche Motivation über die App
- Regelmäßige (Live-) Keynotes & Workshops von Sport-Legenden und Expert:innen
- Online-Fitnessstudio & Mediathek zur freien Nutzung
- Unterhaltsame Quizze zu Sport- & Gesundheitsthemen
- Fortbildungsmöglichkeiten im Wert von 500€ p.P .
- Content & Benefits können firmenweit zur Verfügung gestellt werden (inkl. Familienangehörige) - 100 % Teilhabe möglich



Leistungen im  
Wert von  
1.500€ pro  
Person!

# Erreichen Sie wirklich alle - 100 % Ihrer Mitarbeitenden profitieren!

Die Firmenchallenge Österreich bringt Gesundheit zu allen Mitarbeitenden – auch zu jenen, die nicht aktiv teilnehmen. **Das ist die neue betriebliche Gesundheitsförderung:** maximale Reichweite durch niederschwellige Inhalte, die wirklich jeden erreichen.

**Ein großer Vorteil zu sonstigen Angeboten:** Die Firmenchallenge ist **sachbezugsfrei** - das bedeutet: für Ihre Mitarbeitenden fallen keine Kosten an, wie bspw. bei einer Fitness-Mitgliedschaften.

Mit Benefits, Fortbildungen im Wert von 500 € p.P. und Content von Top-Expert:innen und Sportlegenden wie **Clemens Doppler, Lizz Görgl, Felix Gottwald, Prof. Dr. Kurt Matzler** u. v. m. ist für jede und jeden etwas dabei.

**Es warten spannende Inhalte mit Expert:innen & Sportlegenden, z. B.:**



**DR. KARIN STENGG**  
LONGEVITY-EXPERTIN



**MELANIE PEENDORFER**  
SCHLAF-EXPERTIN



**ROMAN DAUCHER**  
SPORTWISSENSCHAFTLER



**CLEMENS DOPPLER**  
BEACHVOLLEYBALL



**FELIX GOTTWALD**  
NORD. KOMBINATION

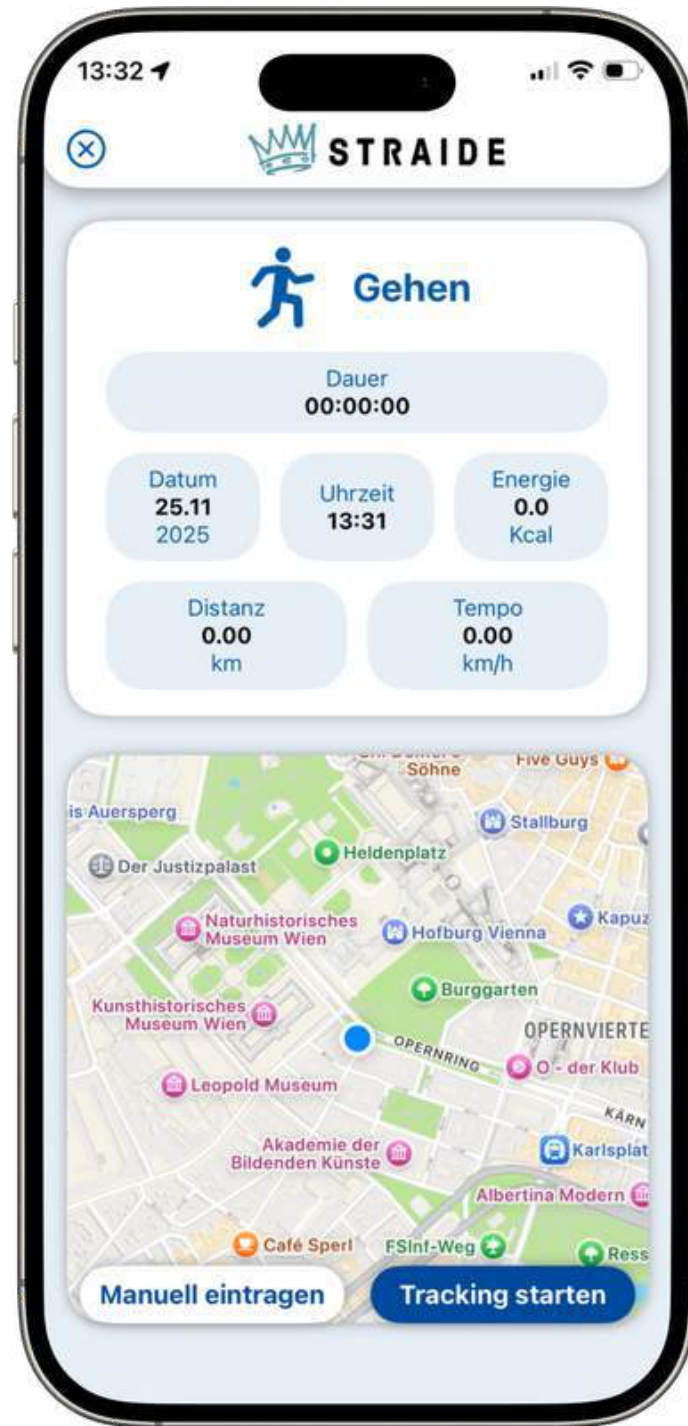


**LIZZ GÖRGL**  
SKI ALPIN

# Die Gesundheits-App der Firmenchallenge - STRAIDE



Startbildschirm



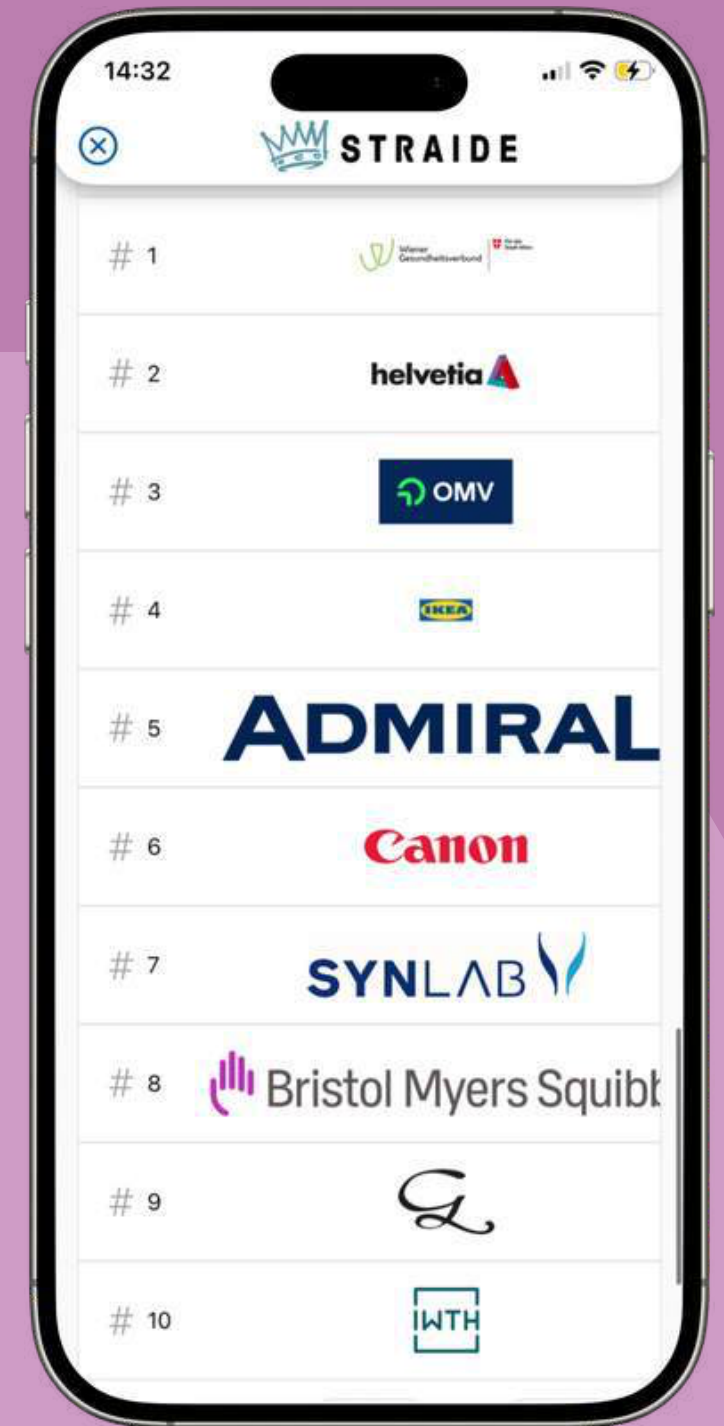
Tracking-Oberfläche



Sportarten-Übersicht



Content-Übersicht



Challenge-Ranking

# Funktionen der App STRAIDE

## LIVE Tracking / In-App-Tracking:

Mit STRAIDE können Bewegungsdaten mit dem Smartphone getrackt werden

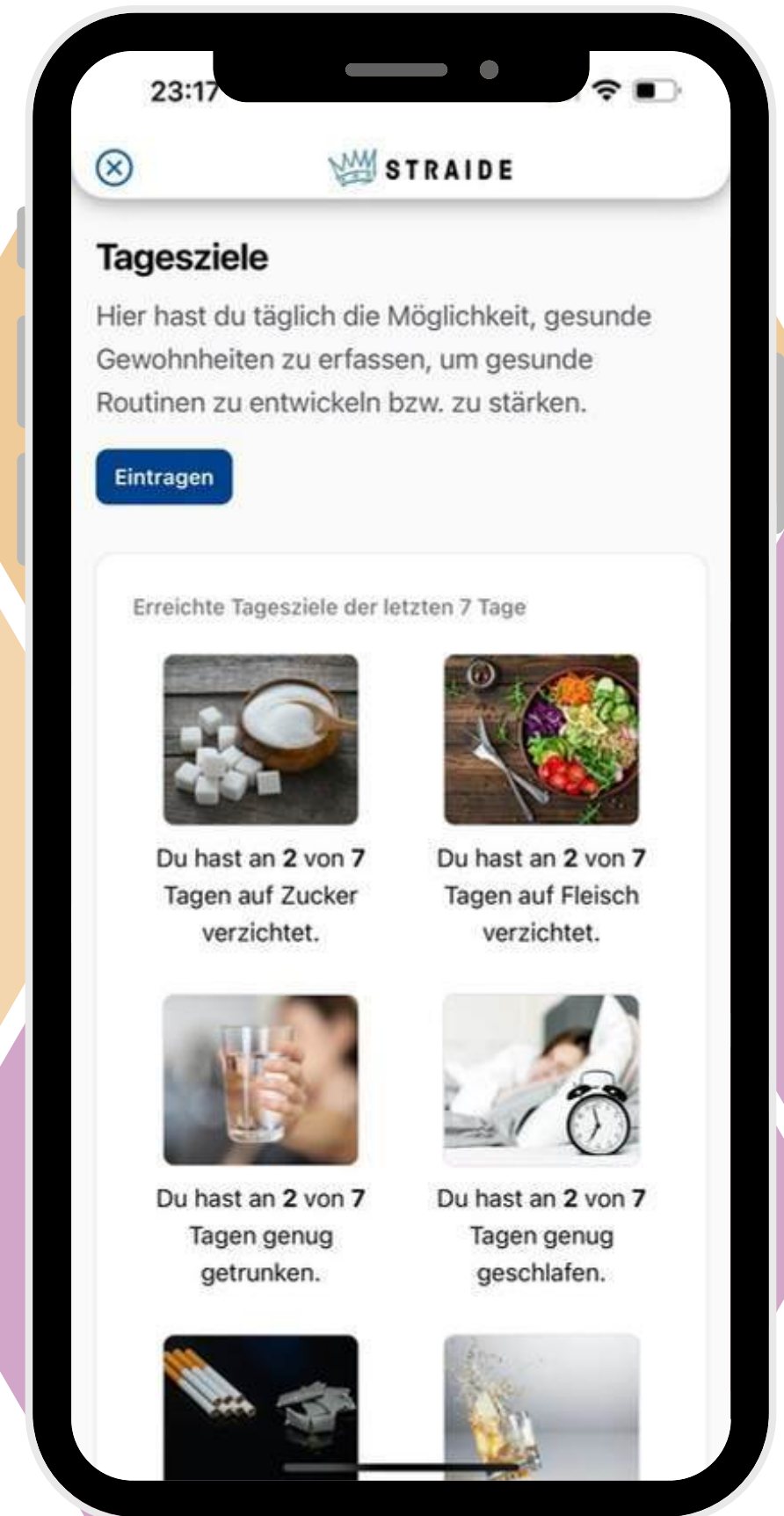
## Manuelles Tracking:

STRAIDE bietet die Möglichkeit der manuellen Eingabe bzw. Korrektur von Trackingdaten – in der App sowie am Desktop

## Tracking mittels Drittanbieter:

Trainingsdaten können von anderen Wearables & Apps wie bspw. Apple Watch, Garmin oder Polar übernommen werden

Erfassungen **Tagesziele** → User können festhalten, welche gesunden Gewohnheiten sie täglich umsetzen (DSVGO-konform):



# Funktionen der App

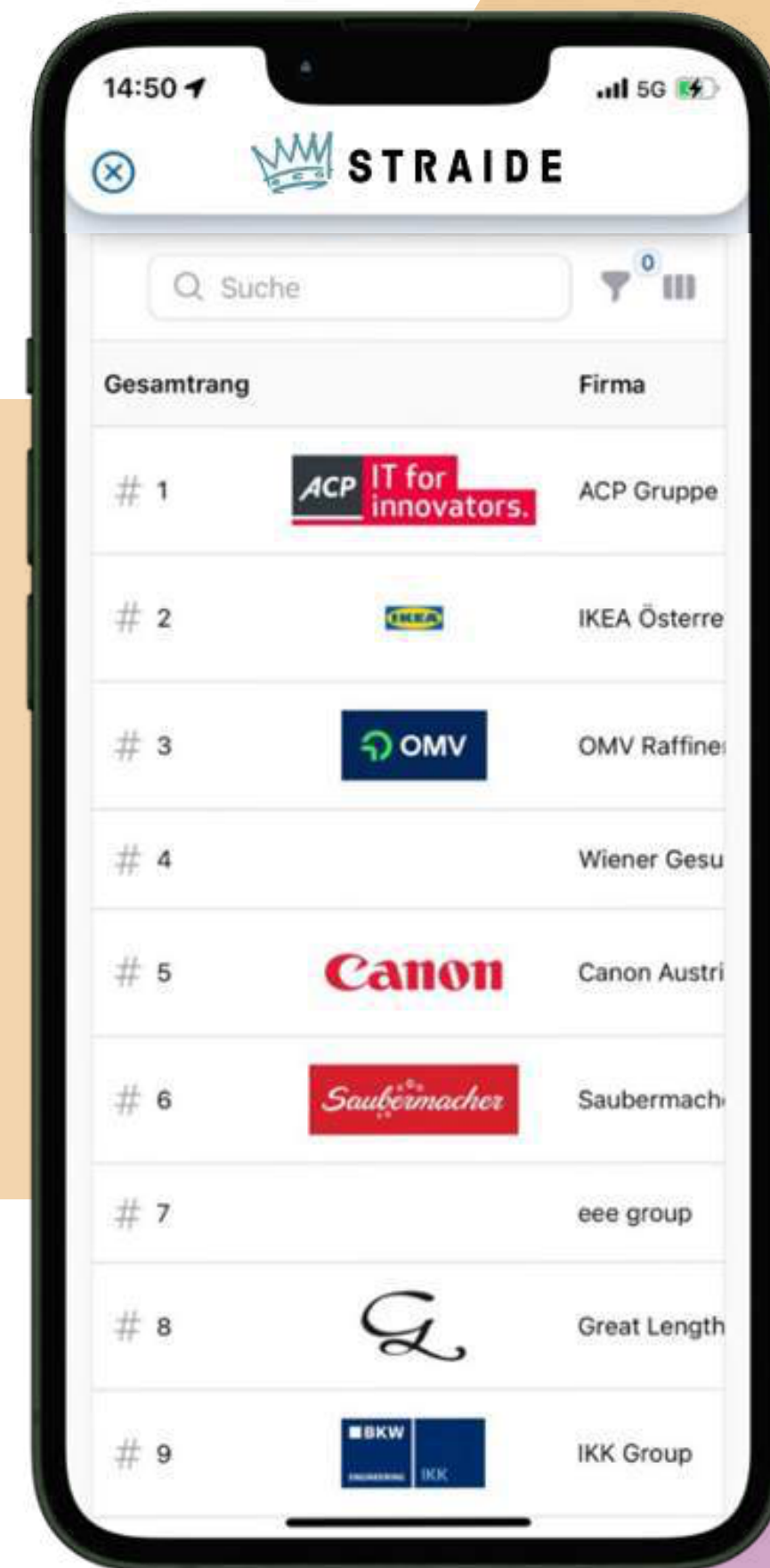
## STRAIDE

### Kommunikation

- Erstellung von Beiträgen und Events
- In-App-Posteingang
- Push-Benachrichtigungen

### Rankings

- Firmenranking absolut (gesamt und nach Kategorie)
- Firmenranking Durchschnitt (gesamt und nach Kategorie)
- Individualranking
- Internes Individualranking
- Internes Teamranking



# Der digitale Leitfaden

1

Sieben Wochen lang wird der Fokus auf die drei großen Themen **Bewegung, Ernährung und mentale Fitness** gelegt

2

Das Programm gestaltet sich dabei aufeinander aufbauend, die Inhalte "steigern" sich über die sieben Wochen hinweg

3

Dadurch erhalten Ihre Mitarbeitenden über den gesamten Challenge-Zeitraum hinweg Unterstützung, um am Ende mit allen nötigen Informationen ausgestattet zu sein und so einen **nachhaltig einen gesunden Lebensstil** beibehalten können

4

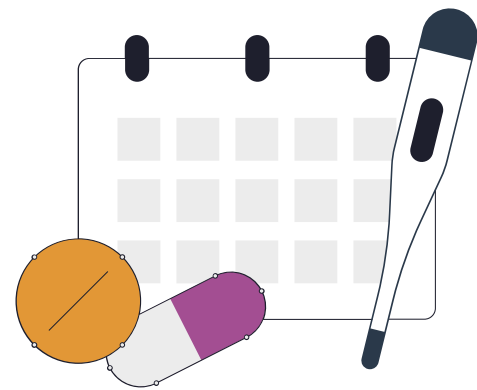
Zusätzlich gibt es auch Sonderthemen wie bspw. Familie, finanzielle Gesundheit, Umwelt oder Depression/Burnout, die zusätzliche Infos zu wichtigen Bereichen liefern



# Effekte der Firmenchallenge Österreich



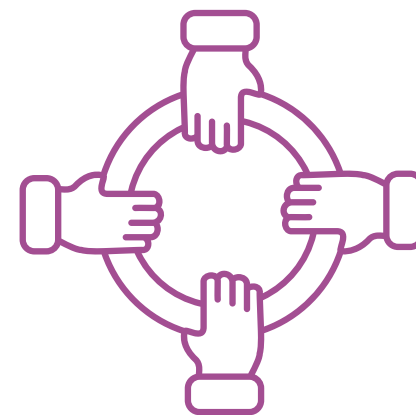
Beitrag zur Schaffung einer **neuen Gesundheits- & Bewegungskultur** in Österreich durch Ihre Firma (CSR!)



**Weniger Fluktuation und Krankheitstage** durch glücklichere und fittere Mitarbeiter:innen



**Vermehrte Nutzung bestehender BGF-Maßnahmen** und (Bewegungs-) Angebote, wirkt synergetisch & komplementär



**Förderung der Gesundheit, Stärkung der Grundmotivation** sowie des Teamgefüges und der Identifikation mit der Firma - **100 % Teilhabe & Sensibilisierung**



**Positives Employer-Branding** durch Förderung der Mitarbeiter:innen-Gesundheit, Umweltschutz und unsere Botschafter:innen aus Sport & Wissenschaft



**Positive Effekte auf die Familie** durch den verstärkten Fokus auf die eigene Gesundheit

# **ESG-konform:** **Gesundheit, Teamspirit und gleichzeitig die Umwelt aktiv fördern - es war noch nie so einfach!**

Das Konzept der Firmenchallenge reduziert den CO2-Fußabdruck und leistet damit einen Beitrag zum Schutz der Erde

Während und nach der Firmenchallenge  
Verzicht auf CO2-reiche Fortbewegungsmittel ➤ Verwendung des  
Fahrrads, **kurze Wege werden vermehrt zu Fuß erledigt**

**Ernährungsverhalten ändert sich** ➤ durch praktische Tipps  
unserer Ernährungsexpert:innen und den kostenlosen Studien. Es  
wird bewusster, regionaler und nachhaltiger eingekauft

**Dieser Effekt zusammen mit unseren Partnern (Impact Hero und Ex-Fußballprofi Johnny Ertl) verstärkt:**

**Jede Firmen-Anmeldung = 1 Baum**

Alle **1.000 Bewegungsminuten** wird **1 Baum** gepflanzt

Zusatzpaket Umwelt (inkl. Baum-Zertifikat)

Seit 2022 wurden bereits über 21.000 Bäume gepflanzt



# Benefits der Firmenchallenge Österreich

## 100% Teilhabe & Sensibilisierung



**50 Tage | 7 Wochen:**  
Sensibilisierung & Aktivierung auf wissenschaftlicher Basis und laufende Motivation



**Große Auswahl an Health-Content** mit Sport-Legenden & Gesundheitsexpert:innen, **der von allen(!) Mitarbeitenden & Familie genutzt werden kann**



**Kostenlose Fortbildungsmöglichkeiten** inkl. Gütesiegel & Zertifikat der Wirtschaftskammer, **die von allen(!) Mitarbeitenden & Familie genutzt werden können**



**ESG-konform: Reduzierung des ökologischen Fußabdrucks**, fördert den Umweltschutz und pflanzt Bäume



**Teilnahme-Zertifikat und Baumkunde** für jedes Unternehmen und jede:neinzelne:n Teilnehmer:in



**100% digital und ortsunabhängig** - im Büro & Homeoffice mit unserer Datenschutz-konformen App - **geprüft für kritische Infrastruktur in Österreich**



**Prämierung & Preise** für die besten Unternehmen in jeder Kategorie

# SVS-Gesundheitshunderter

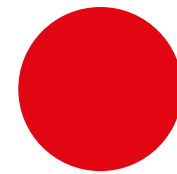
- Als EPU kostenlos an der Firmenchallenge teilnehmen
- Als Kleinbetrieb vergünstigt an der Firmenchallenge teilnehmen
- Gemeinsam gesünder werden!



# Feedback unserer Teilnehmer:innen

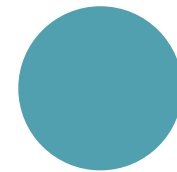
## Firmenchallenge Österreich 2025

### Das Konzept der Firmenchallenge



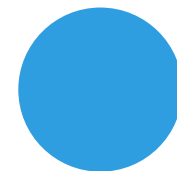
Allen Teilnehmer:innen, die an unserer Umfrage teilgenommen haben, gefällt das Konzept der Firmenchallenge gut oder sehr gut!

### Am Ball bleiben

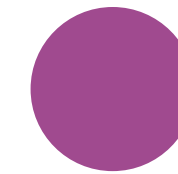
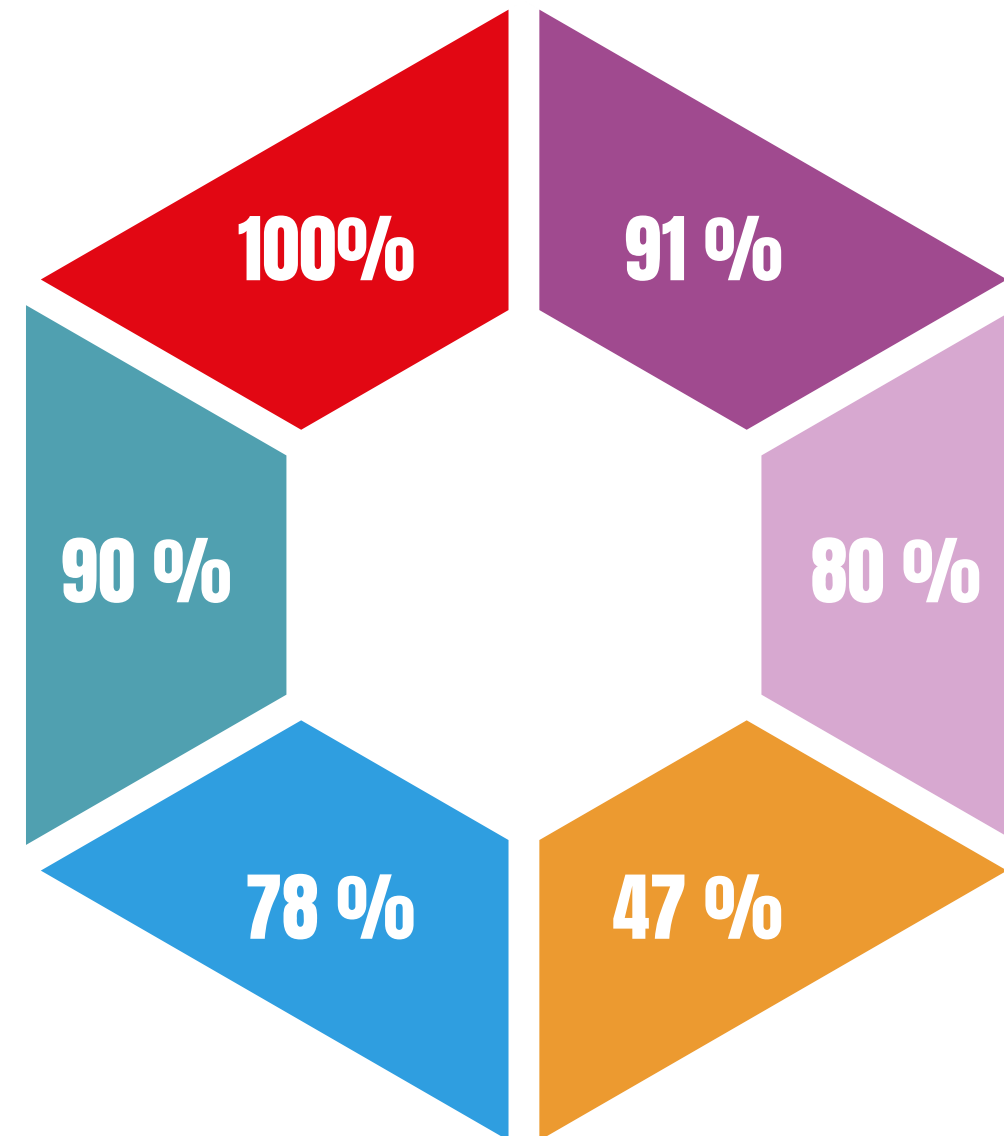


90 % aller Befragten stimmen der Aussage zu, dass es durch Angebote wie die Firmenchallenge leichter fällt, am Ball zu bleiben.

### Eine gesteigerte Grundmotivation

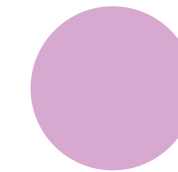


Beinahe 80% unserer befragten Teilnehmer:innen berichten von einer gesteigerten Grundmotivation.



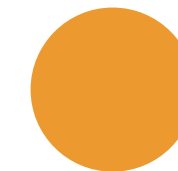
### Die Firmenchallenge als Mehrwert

91 % der befragten Teilnehmer:innen sehen die Firmenchallenge als Mehrwert für sich und ihre Kolleg:innen



### Mehrmals pro Jahr

80 % der befragten Teilnehmer:innen hätten gerne mehrmals pro Jahr eine Initiative wie die Firmenchallenge



### Bewusst auf die Ernährung geachtet

Knapp die Hälfte konnte sich bewusst auf die Ernährung fokussieren - im Vorjahr lag dieser Wert noch bei 33 %!

# Bisherige Teilnehmer der Firmenchallenge Österreich

American Express

ASFINAG

CARITAS

Coca-Cola HBC Österreich

DB Schenker

Eni Austria GmbH

ERGO & D.A.S.

Flughafen Wien

Ford Motor Company

(Austria) GmbH

Infoscreen Austria GmbH

IKEA Österreich

Julius Meinl Austria GmbH

Novartis

OMV

Pfizer

Raiffeisenlandesbank NÖ-Wien

RegionalMedien Austria

RTR GmbH

S Immo AG

Saubermacher

Siemens Energy Austria

Siemens AG Österreich

Sky Österreich

Spanische Hofreitschule

Verbund AG

Wien Energie GmbH

Zürich Versicherungs-AG

**Und viele mehr!**

# Unsere Partner bei der Firmenchallenge Österreich



# Bewerbung

Firmenchallenge Österreich 2025



**trend.**



Über 65 Mio. Bruttokontakte

# Buchbare Pakete

## Firmenchallenge Österreich

	PREMIUM	CLASSIC	LIGHT
Bewegungsminuten sammeln	✓	✓	✓
Virtuelles Content-Paket	✓	✓	✗
Auswertungspaket	✓	✗	✗
Interne Firmenteams	✓	✗	✗
Internes Firmen-Einzelranking	✓	✗	✗
Branding-Paket	✓	✗	✗
Paket "MENTAL. in Form"	✓	✗	✗



Die Zusatzpakete können auch einzeln zum jeweiligen Paket dazu gebucht werden.

	<b>PREMIUM</b>	<b>CLASSIC</b>	<b>LIGHT</b>
<b>EPU</b>	€ 100,-	€ 75,-	-
<b>2-9 MA</b>	€ 725,-	€ 580,-	€ 100,-
<b>10-24 MA</b>	€ 1.340,-	€ 1.095,-	€ 805,-
<b>25-49 MA</b>	€ 1.775,-	€ 1.460,-	€ 1.140,-
<b>50-99 MA</b>	€ 2.425,-	€ 1.980,-	€ 1.535,-
<b>100-249 MA</b>	€ 3.660,-	€ 3.010,-	€ 2.355,-
<b>250-499 MA</b>	€ 5.160,-	€ 4.250,-	€ 3.340,-
<b>500-999 MA</b>	€ 8.820,-	€ 7.220,-	€ 5.610,-
<b>1.000+ MA</b>	€ 11.660,-	€ 9.530,-	€ 7.400,-



# Noch Fragen? Wir helfen Ihnen gerne!

**Mail:**

[info@firmenchallenge-oesterreich.at](mailto:info@firmenchallenge-oesterreich.at)

**Telefon:**

+43 1 43 800 93 - 25

