

FIRMENCHALLENGE ÖSTERREICH

Seit 2019 jährlich von
1. Oktober bis 19. November



FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

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

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

Positiver Wettbewerb

Der niederschwellige **Gamification-Ansatz** macht Gesundheit zum **Teamerlebnis**, stärkt den Zusammenhalt und steigert die **Arbeitgeberattraktivität** - die Ergebnisse sprechen für sich

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



**DR. ALEXANDER
BIACH**



**DI WALTER
RUCK**



**KARLHEINZ
KOPF**



**KIRA
GRÜNBERG**



**MICHAEL
WALCHHOFER**



**JULIAN
KNOWLE**



**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**

[Zum Video unserer Botschafter:innen](#)

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



89% finden es leichter, mit Angeboten wie der Firmenchallenge am Ball zu bleiben

(Quelle: repr. Teilnehmerumfrage 2024)

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)



Pflegefälle: Fürs Alter vorsorgen



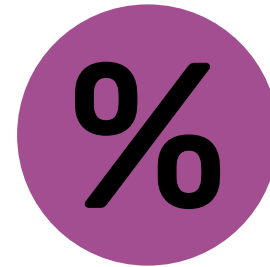
Pflegebedürftige

Deutlich größerer Anteil von Pflege- bzw. Betreuungsbedürftigen bei den über 65-Jährigen in Österreich als bspw. Schweden, Dänemark oder Niederlande



Attraktivität des Pflegeberufs

Zusätzlich problematisch, da Pflegeberufe an Attraktivität verlieren und die Bevölkerung gleichzeitig immer älter wird → mehr pflege- & betreuungsbedürftige Personen bei weniger Betreuer:innen & Pfleger:innen (Pflegefälle)



Anteil Pflegebedürftiger

Anteil in nordischen Ländern: 9,1%
Anteil in Österreich: 22,8%



Lösungsweg

Prävention



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 .

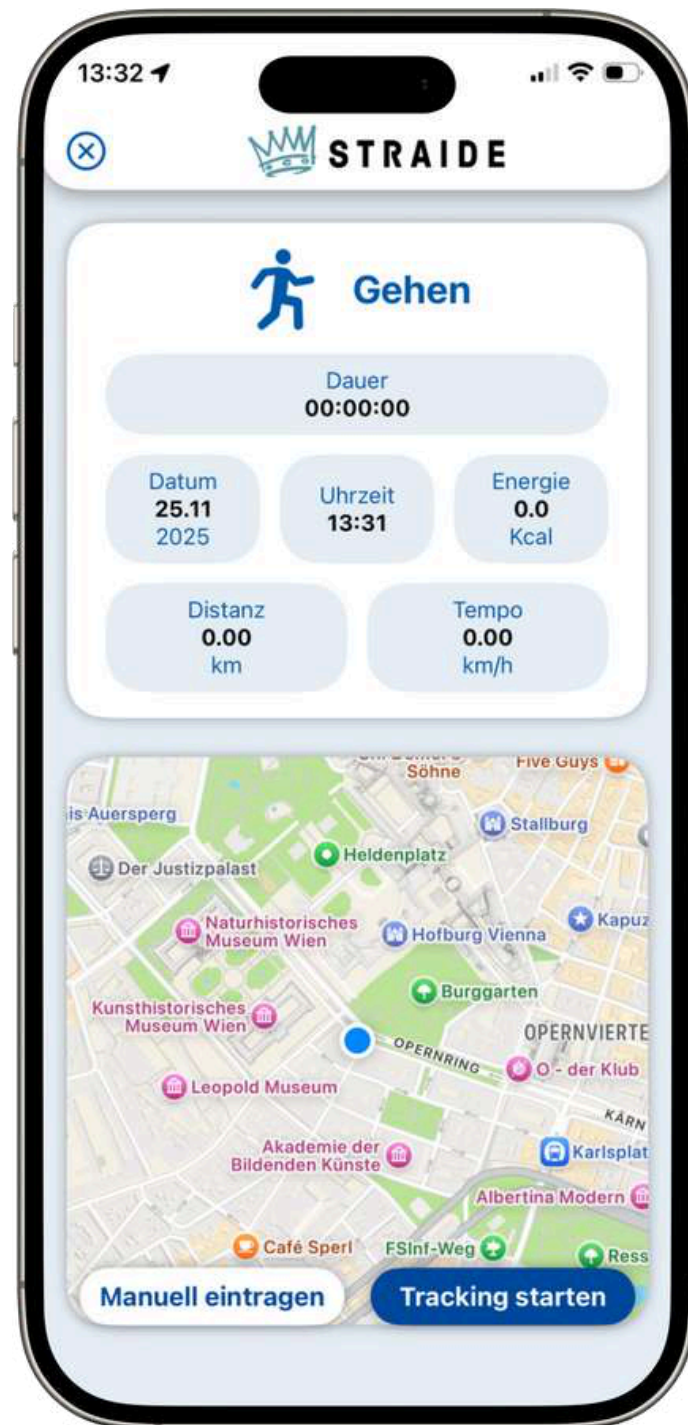


Leistungen im
Wert von
1.500€ pro
Person!

Die Gesundheits-App der Firmenchallenge - STRAIDE



Startbildschirm



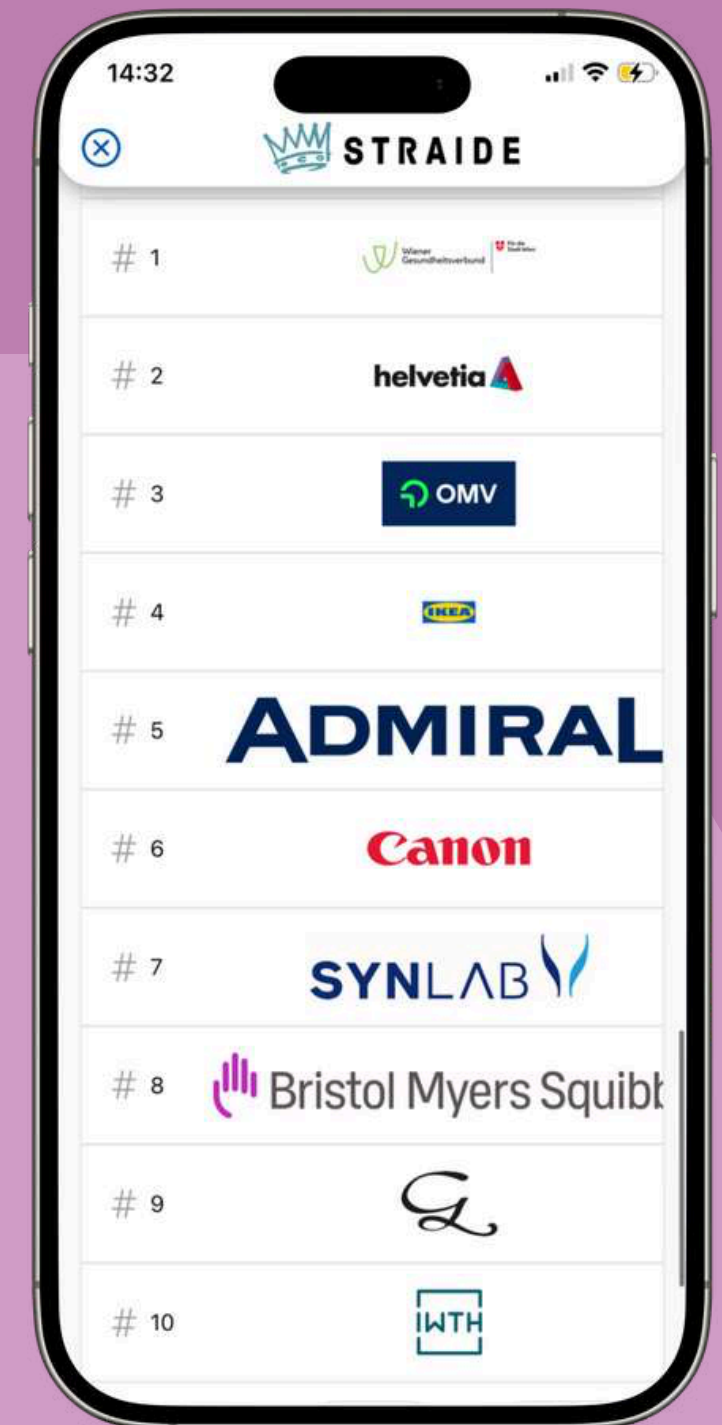
Tracking-Oberfläche



Sportarten-Übersicht



Content-Übersicht



Challenge-Ranking

Funktionen der App STRAIDE

LIVE Tracking / In-App-Tracking:

Mit STRAIDE können Bewegungsdaten mit dem Smartphone getrackt werden

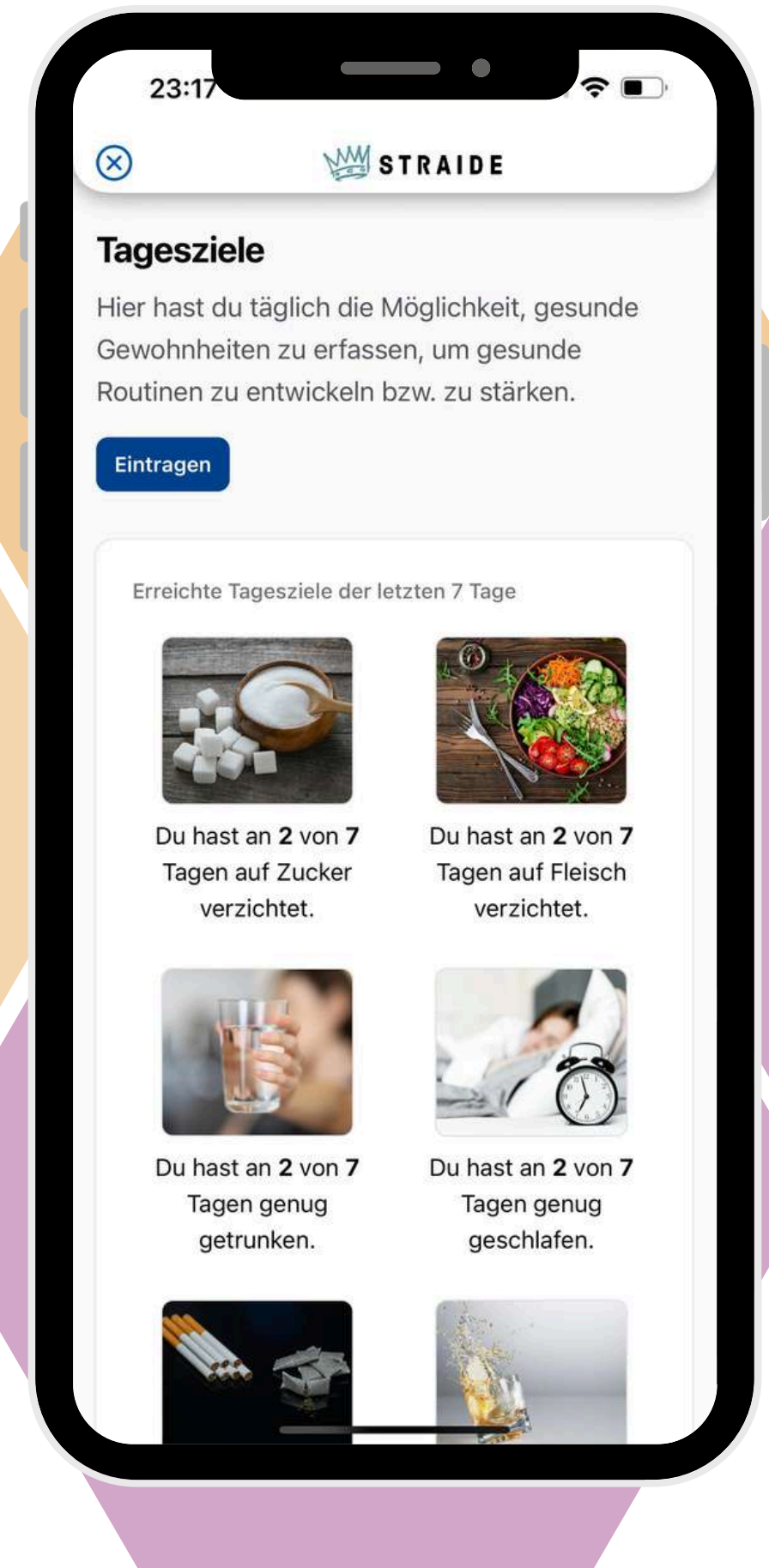
Manuelles Tracking:

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

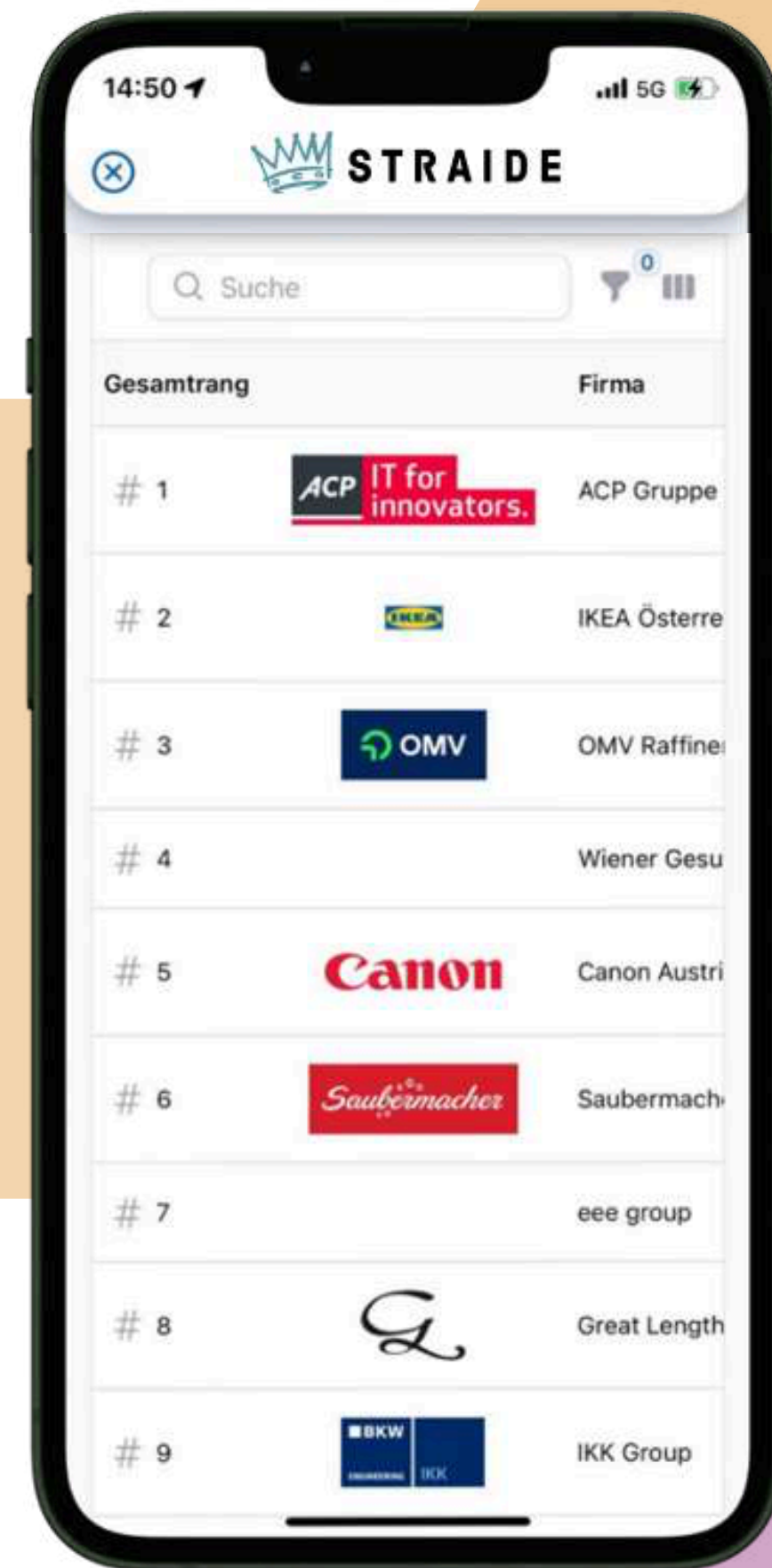
STRAIDE

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

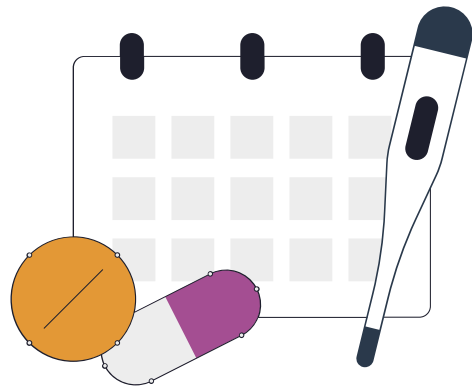
Zusätzlich gibt es auch Sonderthemen wie bspw. Familie, finanzielle Gesundheit, Umwelt oder Depression/Burnout, die zusätzliche Infos zu wichtigen Bereichen liefern



Effekte der Firmenchallenge Österreich



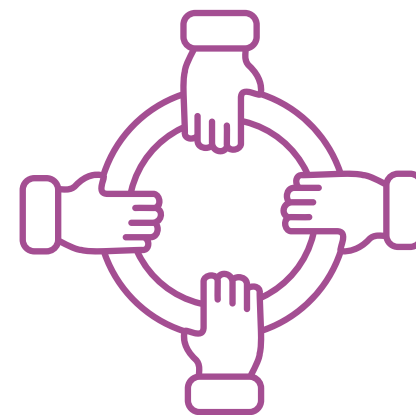
Beitrag zur Schaffung einer **neuen Gesundheits- & Bewegungskultur** in Österreich durch Ihre Firma (CSR!)



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



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

Die Gesundheit 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

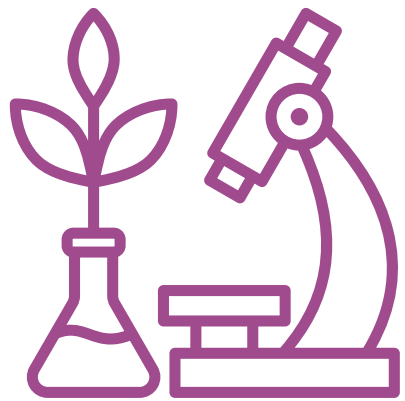
Alle **1.000 Bewegungsminuten** wird **1 Baum** gepflanzt

Zusatzpaket Umwelt (inkl. Baum-Zertifikat)

Seit 2022 wurden bereits über 21.000 Bäume gepflanzt



Benefits der Firmenchallenge Österreich



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



Große Auswahl an Health-Content mit Sport-Legenden & Gesundheitsexpert:innen



Kostenlose Fortbildungsmöglichkeiten inkl. Gütesiegel & Zertifikat der Wirtschaftskammer



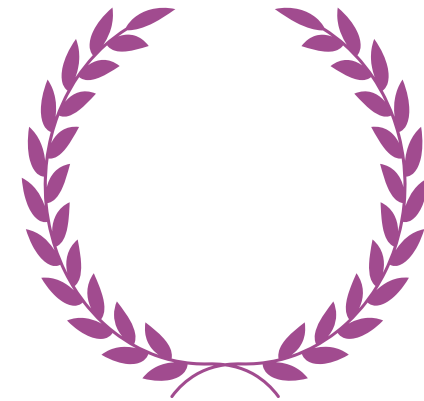
Reduzierung des ökologischen Fußabdrucks, fördert den Umweltschutz und pflanzt Bäume



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



Prämierung & Preise für die besten Unternehmen in jeder Kategorie

SVS-Gesundheitshunderter

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



Zahlen. Daten. Fakten.

Firmenchallenge 2025



306 Firmen

vom EPU bis zum Großkonzern



3.453

Teilnehmer:innen



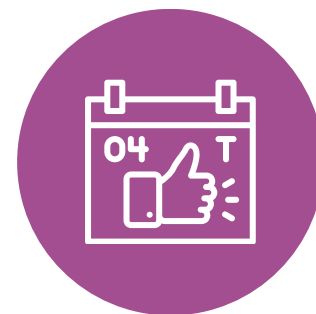
66

Sportarten



6.902.422

Bewegungsminuten



105

Sessions, Vorträge & Workshops



1.958 Minuten (ca. 33h)

Mediathek und Podcasts

Feedback unserer Teilnehmer:innen

Firmenchallenge Österreich 2025

Das Konzept der Firmenchallenge

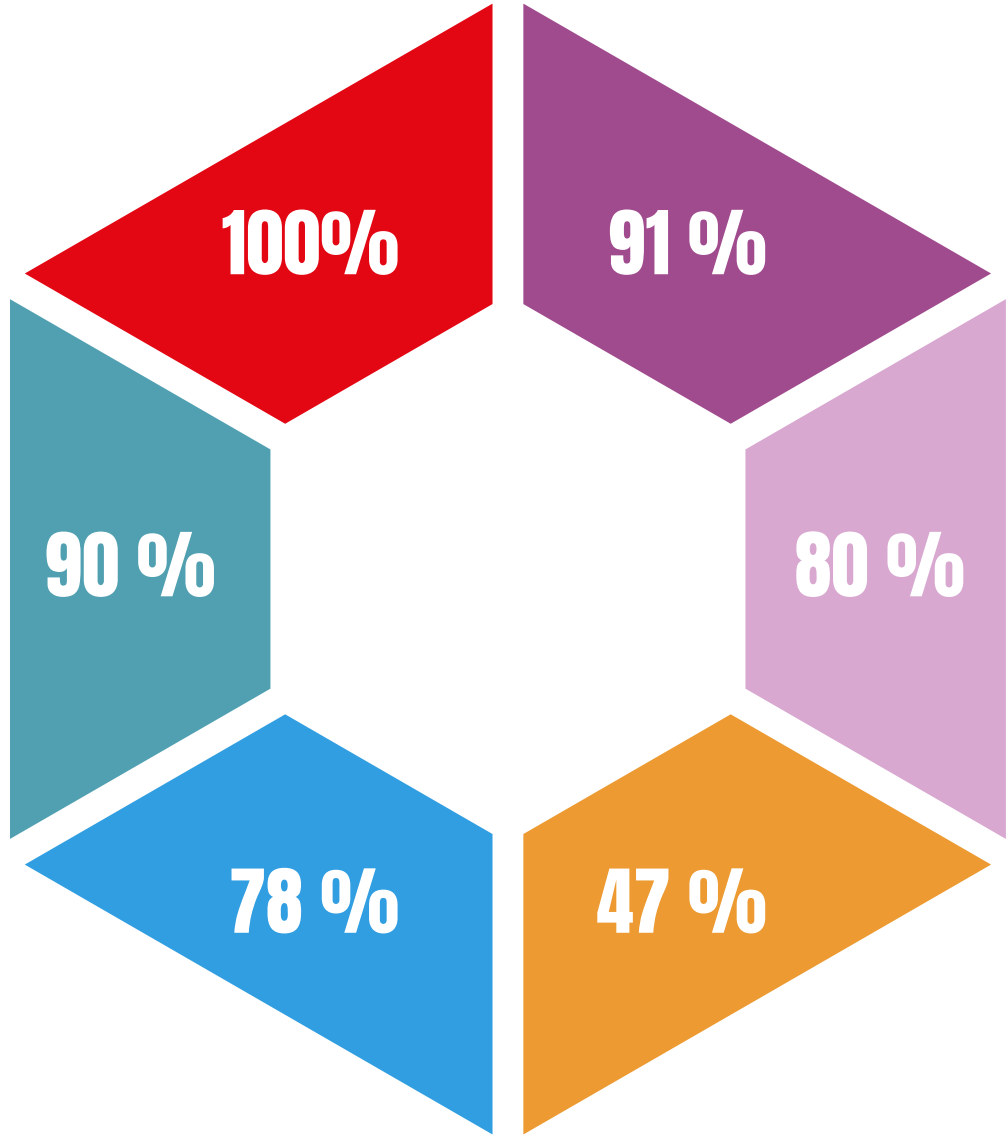
Allen Teilnehmer:innen, die an unserer Umfrage teilgenommen haben, gefällt das Konzept der Firmenchallenge gut oder sehr gut!

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 Grundmotivaton

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 %!

Benefits für die Teilnehmer:innen

Leistungen im Wert von €1500,- (p.P.)

- Nutzung der **App STRAIDE** (inkl. Vor- & Nachlaufzeit)
- Vullumfängliches **Begleitprogramm zu Gesundheitsthemen während der Firmenchallenge**
- Sports-Break, Mental-Break und **Workshops sowie Vorträge und Gespräche** mit Sportlegenden und Expert:innen
- Große Mediathek zur freien Nutzung mit Podcasts & Videos: Q&A's mit Sportlegenden und Expert:innen
- (Livestream-) **Tickets für MENTAL. in Form** im Wert von € 99,- pro Person
- **Kostenloser Zugriff auf Tutorials & Fortbildungsmöglichkeiten**
- Bene-fit ICH-Manager I (0 statt 220€), Bene-fit ICH-Manager II (0 statt 280€)
- **Nachhaltigkeitsimpact**
- **Baumpflanzungen** inkl. Baumurkunde
- **Kostenlose und vergünstigte gesundheitsrelevante Angebote** unserer Partner & Unterstützer in unserer Benefit-Worldt-World



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



Buchbare Pakete

Firmenchallenge Österreich

Bewegungsminuten
sammeln

Virtuelles Content-
Paket

Auswertungspaket

Interne
Firmenteams

Internes Firmen-
Einzelranking

Branding-Paket

Paket
“MENTAL. in Form”

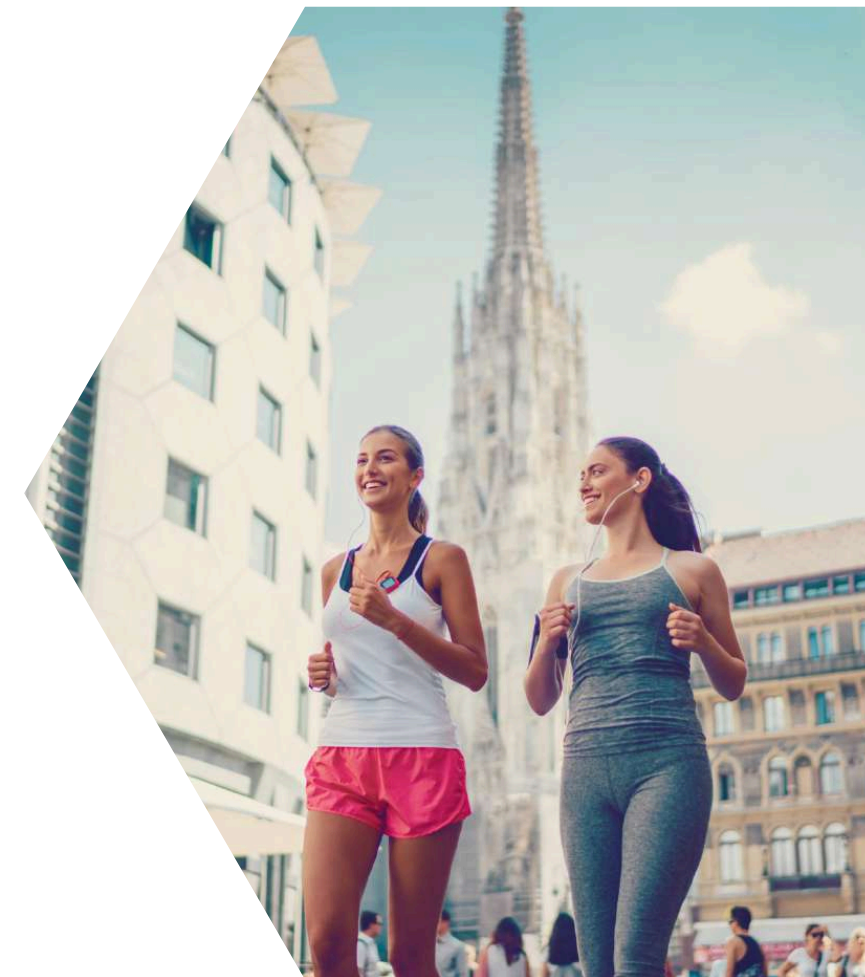
PREMIUM



CLASSIC



LIGHT



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

	PREMIUM	CLASSIC	LIGHT
EPU	€ 100,-	€ 75,-	-
2-9 MA	€ 725,-	€ 580,-	€ 100,-
10-24 MA	€ 1.240,-	€ 995,-	€ 805,-
25-49 MA	€ 1.575,-	€ 1.260,-	€ 940,-
50-99 MA	€ 2.225,-	€ 1.780,-	€ 1.335,-
100-249 MA	€ 3.260,-	€ 2.620,-	€ 1.955,-
250-499 MA	€ 4.560,-	€ 3.650,-	€ 2.740,-
500-999 MA	€ 8.020,-	€ 6.420,-	€ 4.810,-
1.000+ MA	€ 10.660,-	€ 8.530,-	€ 6.400,-



**FIRMEN-
CHALLENGE
ÖSTERREICH**

WIR SUCHEN DIE AKTIVSTEN UNTERNEHMEN ÖSTERREICHS

FIRMENCHALLENGE SPRINT

**DER 21-TAGE-TEAM-IMPULS
FÜR KÖRPER & GEIST**

30. OKTOBER BIS 19. NOVEMBER 2026



Das ist der Firmenchallenge Sprint

Gesundheitsimpuls

Der Firmenchallenge Sprint findet **vom 30. Oktober bis 19. November** statt und ermöglicht es Ihnen und Ihrem Unternehmen, das Firmenchallenge-Angebot für **drei Wochen** zu nutzen. Nutzen Sie den Sprint als **Impuls**, um Ihren Mitarbeitenden Zugang zu einem kompakten Gesundheitsprogramm zu verschaffen.

Ihre Vorteile

- Ideal als Einstieg oder Pilotprojekt
- Stärkt Teamgeist in kurzer Zeit
- Schnelle Motivationserfolge
- Einfach in den Arbeitsalltag integrierbar
- Kosteneffizient & planbar



SPRINT

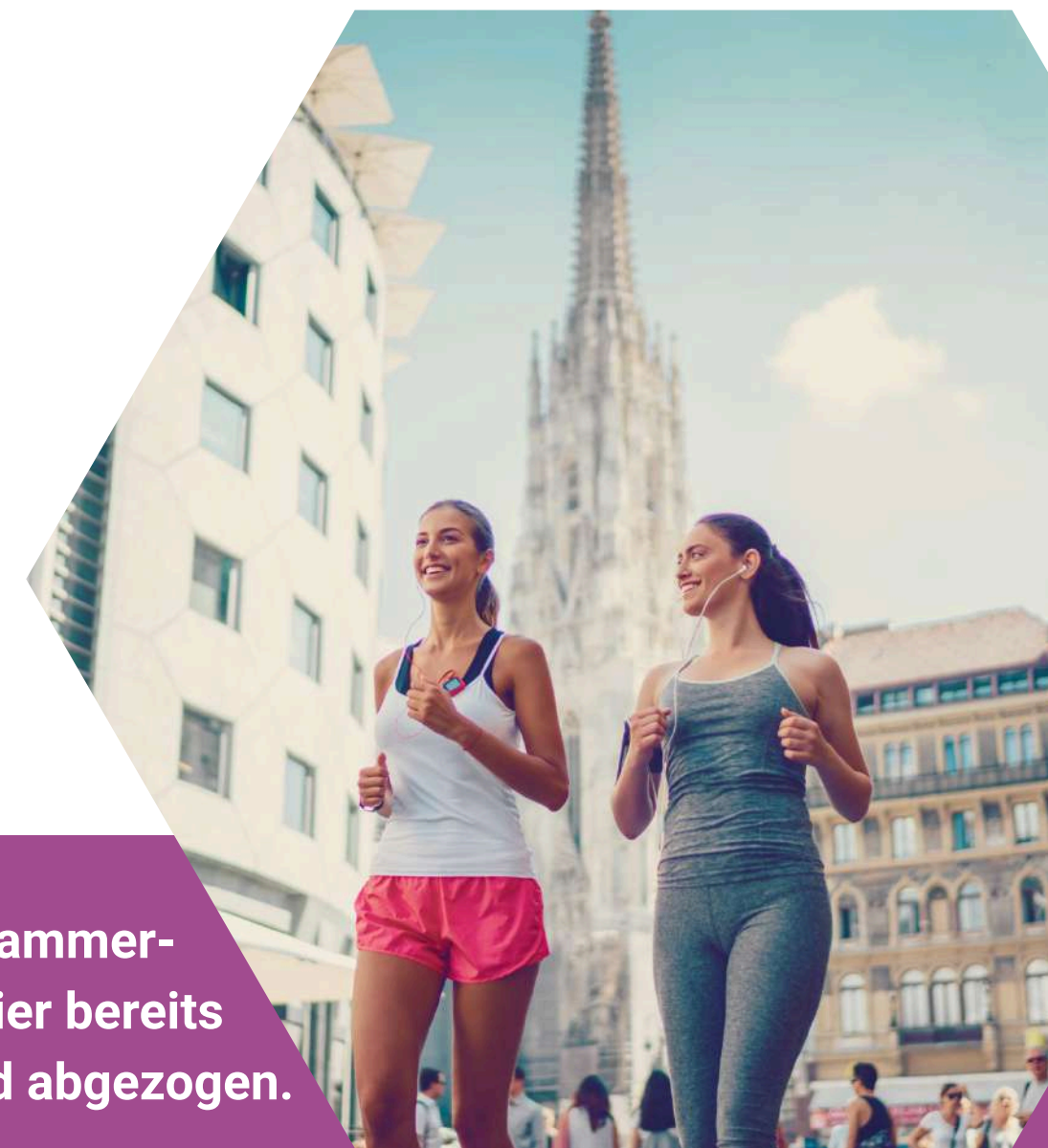
EPU	€ 75,-
2-9 MA	€ 420,-
10-24 MA	€ 720,-
25-49 MA	€ 910,-
50-99 MA	€ 1.290,-
100-249 MA	€ 1.890,-
250-499 MA	€ 2.650,-
500-999 MA	€ 4.650,-
1.000+ MA	€ 6.180,-

Vorteile für Ihre Firma

- Leistungen im Wert von € 1.500,- pro Person
- Gesundheitsinhalte mit Expert:innen & Sportlegenden
- Kostenlose Fortbildungsmöglichkeiten im Wert von € 500,- pro Person
- 100 % digital und ortsunabhängig

Teilnahmegebühren
Firmenchallenge Sprint 2026

*Der Wirtschaftskammer-Rabatt (60%) ist hier bereits berücksichtigt und abgezogen.





Noch Fragen? Wir helfen Ihnen gerne!

Mail:

info@firmenchallenge-oesterreich.at

Telefon:

+43 1 43 800 93 - 25

