

BMW AG  
80788 MünchenInstitut für Prävention und Sportmedizin (IPS) GmbH  
Im Gewerbepark D50  
93059 Regensburg

Bereich

Ihr/Unser Zeichen

Ihre Nachricht vom

Abt./Absender

Telefon

Fax

E-Mail

Datum

Thema

PT-310

+49-89-382-41061

+49-89-382-70-41061

E-Mail hildegard.troeger-samland@bmwgroup.com

3. Juli 2017

Referenzschreiben für Dr. Frank Möckel, Institut für Prävention und Sportmedizin (IPS) GmbH

Herr Dr. Frank Möckel führt seit dem Jahre 2000 Trainings und Gesundheitsprogramme für die BMW Group durch, seit dem Jahre 2014 auch als Generalanbieter für alle externen Gesundheitsprogramme. Diese umfassen die folgende Themenpakete

1. Psychische und körperliche Gesundheit, Ernährung
2. Suchtprävention
3. Internationale Zielgruppen
4. Coachingmaßnahmen

mit einem zeitlichen Umfang von ca. 250 Trainingstagen pro Jahr.

In der Funktion als Key Account Manager ist Herr Dr. Möckel primärer Ansprechpartner der BMW Group für alle Fragen rund um Konzeption von neuen Trainings, Organisation der Trainingsabläufe, Qualitätssicherung, Abrechnung und Rechnungsstellung. Die Koordination der gesamten Trainingsorganisation mit einem aktuell aktiven Trainerstamm von ca. 35 Personen gelingt dabei reibungslos und zu unserer vollsten Zufriedenheit. Die Trainerbewertungen lagen im Jahre 2016 dabei in einer Schulnotenbewertung bei 1,3, die Teilnehmerzufriedenheit bei 1,4. 89 % der Teilnehmer konnten ihr Wissen zum Thema Gesundheit erweitern. Ebenfalls 89 % der Teilnehmer gaben an, ihr bisheriges Gesundheitsverhalten zu überprüfen. Und 87 % der Teilnehmer fühlten sich motiviert, mehr für einen gesunden Lebensstil zu tun.

Zusätzlich ist Herr Dr. Möckel selber als Trainer in Form von Vorträgen bis hin zu mehrtägigen Maßnahmen aktiv. Sein Programm „Fit for Job – Gesundheit braucht Training“ beinhaltet dabei folgende Module:

- Basiswissen und praktische Tipps für eine gesunde Ernährung
- Minimal- und Optimalprogramm an Bewegung und Fitness
- Bournoutprophylaxe und Stressmanagement

**Firma**  
Bayerische  
Motoren Werke  
Aktiengesellschaft**Postanschrift**  
BMW AG  
80788 München**Hausanschrift**  
Petuelring 130**Hausanschrift**  
Forschungs- und  
Innovationszentrum (FIZ)  
Knonrstraße 147**Telefon**  
Zentrale  
+49 89 382-0**Fax**  
+49 89 382-25858**Internet**  
www.bmwgroup.com**Bankkonto**  
Deutsche Bank  
IBAN DE05 7007 0010  
0152 6946 00  
BIC DEUTDEMXXX**Vorsitzender  
des Aufsichtsrats**  
Norbert Reithofer**Vorstand**  
Harald Krüger,  
Vorsitzender  
Milagros Caiña Carreiro-  
Andree  
Markus Duesmann  
Klaus Frühlich  
Nicolas Peter  
Ian Robertson  
Peter Schwarzenbauer  
Oliver Zipse**Sitz und  
Registergericht**  
München HRB 42243

Thema **Referenzschreiben für Dr. Frank Möckel, Institut für Prävention und Sportmedizin (IPS) GmbH**  
Datum 3. Juli 2017  
Seite 2

- Umsetzungsmanagement und persönliche Zielvereinbarung zum Thema Gesundheit
- Follow Up nach 6 Monaten zur Überprüfung der Zielerreichung und als Update zu Gesundheitsthemen

Die interne Evaluation zeigt, dass dieses Training bei den Teilnehmern auf ein sehr gutes Feedback stößt und zu einer gesünderen Lebensweise animiert. Hilfreich sind dabei die vielen kleinen praxisnahen Ratschläge, die sich gut in den Alltag transferieren lassen. Und nicht zuletzt zeigt dieses Training auch auf, dass Gesundheit durchaus Spaß machen kann. Im Rahmen einer wissenschaftlichen Studie mit der Universität Regensburg konnte bei Führungskräften gezeigt werden, dass dieses Training positive Auswirkungen auf das Ernährungs- und Bewegungsverhalten, den Bauchumfang, den Body-Mass-Index, den Körperfettanteil, den Ruhepuls, die Cholesterinwerte und auf die körperliche Leistungsfähigkeit hat und somit die Wirksamkeit des evaluierten Seminars belegt.

Mit freundlichen Grüßen

Bayerische Motorenwerke Aktiengesellschaft

i. V.



Hildegard Tröger  
Weiterbildung und Change Management