



P-O Osbeck är styrkeutrustningsföretaget Eleikos senaste teammedlem för den nya satsningen inom Corporate and Residential Health.

2021-10-27 13:48 CEST

## **P-O Osbeck leder Eleikos satsning på Corporate and Residential Health**

P-O Osbeck är styrkeutrustningsföretaget Eleikos senaste teammedlem för den nya satsningen inom Corporate and Residential Health. Här berättar P-O vad styrka betyder för honom, viktiga faktorer att tänka på när man designar ett träningsutrymme och förklarar varför hälsa i hemmet och på arbetsplatsen är en värdefull investering.

**Vad betyder styrka för dig?**

I en av mina favoritböcker "Natural Born Heroes" av Christopher McDougall så är definitionen att hjältemod "styrka nog för två." Styrka för mig handlar om att kunna göra mer av det jag tycker om här i livet – att ha energi till att vara fokuserad och engagerad i mitt arbete och i mina relationer, att slippa ha ont i ryggen, kunna pumpa upp min SUP och dra ut på havet eller köra ett tungt träningspass.

### **Varför ska man välja Eleiko som samarbetspartner/leverantör?**

Att välja Eleiko innebär att välja ett företag med en fin värderingsgrund som jag verkligen kan skriva under på. "Set your bar high, be kind and do more of what makes you stronger" är ett citat som genomsyras av hela verksamheten på Eleiko. När man kommer till jobbet så möter man människor som lever det och vi alla delar ett mål att skapa en starkare värld. Företaget behandlar sina medarbetare, samarbetspartners och kunder på ett fantastiskt sätt och levererar alltid det lilla extra. Att jobba med Eleiko är tryggt och pålitligt, som kryddas med styrkeutrustning i världsklass. Det känns också spännande att få vara en del av ett företag som ligger i framkant när det gäller innovation och hållbarhet.

### **Vad är viktigt för dig att förmedla i kontakt med kund?**

Jag tycker om att ha en ödmjuk och konkret dialog med mina kunder och tillsammans jobba fram en lösning. Att hjälpa människor att hitta rätt lösning för just deras träningsutrymme är en viktig del av jobbet, och den bästa lösningen kan se väldigt annorlunda ut från kund till kund. Vi tar en konkret och lösningsorienterad approach – vad är bäst för det här specifika projektet? Eleiko må vara experten på våra produkter, men vi vet att kunden är den som kan sin verksamhet bäst. Att jobba tätt tillsammans är därför den bästa vägen framåt.

### **Hur började ditt intresse för träning och hälsa?**

Jag har alltid varit en aktiv person, och fastnade för lagsport och fotboll tidigt. Jag har lång erfarenhet av träning och hälsa, både i sitt yrkesliv och privat. Jag har arbetat som platschef inom Actic-koncernen, Key Account Manager inom företagshälsovården och varit restaurangchef. Gemensamt är fokuset på hälsa, fysisk aktivitet och välmående. När jag går upp på morgonen vill jag göra meningsfulla saker – för mig har det alltid varit att hjälpa och guida andra. Det ger mig väldigt mycket tillbaka.

### **Vad är nyckeln enligt dig för ett lyckat träningsutrymme?**

Det absolut viktigaste med ett träningsutrymme är tillgänglighet. Tidsbrist är

en återkommande anledningen till att människor inte tränar. Att skapa en yta där man vill vara, som känns motiverande och inspirerande, sänker tröskeln till träning, oavsett om det är ett företagsgym eller hemmagym. Storleken på träningsutrymmet spelar mindre roll. Vi på Eleiko kan hjälpa till med en gymdesign som är optimerad efter era tillgängliga kvadratmeter- och ge produktrekommendationer därefter som passar den typen av träning som önskas.

### **Vad ser du fram emot i vardagen?**

Som nybliven pappa känns det lite extra speciellt att komma hem till familjen varje dag. Jag gillar också att fylla vardagen med fysisk aktivitet, något som vi som familj värderar väldigt högt. Det kan vara allt ifrån en löprunda längs havet, att fixa i trädgården eller en skogspromenad. Professionellt ser jag fram emot variationen i vardagen och dynamiken i mitt arbete – att få jobba med allt ifrån att designa ett hotellgym till ett företagsgym eller nybyggnation. Jag är också intresserad av personlig utveckling, musik och älskar att lära mig nya saker.

### **Varför ska arbetsplatser satsa på hälsa och vilken skillnad kan det göra för medarbetarna?**

Wellness-kulturen har flyttat in på våra arbetsplatser och hämtar inspiration från techbolagen i Silicon Valley, där hälsa och välmående länge har varit i fokus. Fler har börjat se sambandet mellan hälsa och att vara en attraktiv arbetsgivare. Att fokusera på hälsa på arbetsplatsen stärker företag, både som team och finansiellt.

Möjlighet till träning på arbetsplatsen är ofta i topp på undersökningar av vad medarbetare värderar högst. En rapport från ett av de största börsnoterade fastighetsbolagen i Sverige från 2021 visar att 43% av alla medarbetare vill ha tillgång till ett gym i företagets lokaler för att stödja deras välmående och prestation. En annan rapport visade även att hela 56% upplever att vid planering av arbetsplatser är fokus på hälsa och välmående den viktigaste egenskapen de söker.

Ett företagsgym gör er mer attraktiva som arbetsgivare, stärker er employer branding och effekten av människor som är välmående kan göra mycket för produktiviteten. För företag så handlar det om att ge möjligheter till att optimera sin viktigaste resurs – sina medarbetares hälsa – och mänsklig hållbarhet. Ett tips är att integrera träningsutrymmet och skapa en social arena där era medarbetare kan vara med i planeringen av gymmet. Dagens

arbetsplatser har ofta väldigt fina konferensrum till exempel – varför inte integrera företagsgymmet så att träning blir en naturlig del av er arbetsplats?

### **Varför ska bostadsrättsföreningar satsa på hälsa?**

Sedan pandemin slog till och restriktionerna tillkom har vardagen förändrats, och många utmanas med att få in träningen i vardagen. Att erbjuda ett gym i BRF:er gör det enklare att få till träningen, och är en bra investering för att skapa förutsättningarna för en hälsosam vardag. Ett BRF-gym kan dessutom öka värdet på fastigheten och göra föreningen mer attraktiv för potentiella köpare. I en undersökning genomförd av SBC svarar 33 procent av de tillfrågade bostadsrättsinnehavarna att det är ett gym som de helst vill ha i de gemensamma lokalerna. Ett gemensamt träningsutrymme skapar också en härlig kultur. I träningsglädje är vi alla lika !

### **Din favoritträningsform och varför?**

Jag har alltid tyckt mycket om styrketräning. Det finns något meditativt i det och det är ett bra sätt för mig att göra av med energi på rätt sätt. Andra aktiviteter jag gärna lägger min tid på är löpning. Jag ger mig gärna ut utan mobilen och musik, det hjälper mig att reflektera och tänka klart samtidigt som det ger en skön återhämtning.

### **Har du någon oväntad talang?**

Genom åren har jag haft flera olika yrkesroller och haft flera hattar. Därför tycker jag själv att jag är oväntat bra på att göra egen majonnäs och aioli och att hoppa in som DJ när det behövs.

### **Om P-O Osbeck**

- Född och uppvuxen i Hyltebruk och Halmstad
- Lång erfarenhet av hälsobranschen
- Expertfokus på Corporate och Residential Health

**VILL DU VETA MER OM HUR ELEIKO KAN HJÄLPA DIG MED GYMDESIGN OCH PRODUKTRÅDGIVNING? KONTAKTA P-O OSBECK FÖR ATT BOKA EN KOSTNADSFRI KONSULTATION!**

[po.osbeck@eleiko.com](mailto:po.osbeck@eleiko.com)

Hos Eleiko jobbar vi för att göra människor starkare så de kan fungera bättre - inom idrott och i livet. I över 60 år har Eleiko varit en världsledare inom internationell tyngdlyftning, styrkelyft samt styrke- och konditioneringsgemenskaper. Eleiko är unikt certifierad av IWF, IPF och Paralympiska förbunden. Våra produkter har levererats till mer än 180 länder och ses ofta på världens stora mästerskap och de mest framstående styrketräningsanläggningarna. Mer än 1 000 världsrekord har tagits med Eleikos skivstänger. Med kvalitet, innovation och kundservice som ledande principer är Eleiko den ledande leverantören av styrkeutrustning och utbildning.