



Bringen wir mehr
Bewegung in unseren Alltag!

BUSINESS PING PONG

Mach dein Büro zur Tischtennis-Arena!

Business Ping Pong bringt frischen Schwung und mehr Bewegung in den Arbeitsalltag sowie Spaß und Teamgeist ins Unternehmen. Denn bereits wenige Minuten Bewegung während der Arbeitszeit fördern die Konzentration, die Kreativität und stärken den Zusammenhalt. Teilnehmende Unternehmen erhalten dazu einen Monat lang mindestens einen **Mini-Tischtennistisch** der Bewegungsrevolution, an dem Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Pause einlegen und gegeneinander antreten. Alle Matches werden ganz einfach über die **App** der Bewegungsrevolution eingetragen – um den Überblick zu behalten und den eigenen Fortschritt sowie das interne Firmenranking live mitzuverfolgen. Das Grande Finale: das große Abschluss-Event, wo alle Vorzeigespielerinnen und Spieler der Betriebe eingeladen sind.

So kannst du mitmachen

Wer kann sich beteiligen?

Alle Unternehmen sind willkommen und jede Mitarbeiterin und jeder Mitarbeiter ist eingeladen, sich im Tischtennis zu matchen.

So meldest du dein Unternehmen an

Melde dein Unternehmen einfach online an: Entweder direkt über die Website oder über die App der Bewegungsrevolution, die du kostenfrei auf dein Smartphone im [App Store](#) oder über [Google](#)





Bringen wir mehr
Bewegung in unseren Alltag!

[Play](#) herunterladen kannst. Die Anmeldung erfolgt etwa von der Geschäftsführung, dem Betriebsrat oder von einzelnen Mitarbeitenden. Nach der erfolgreichen Anmeldung erhältst du einen **firmeneigenen Zugang in der App** und kannst dein Unternehmen mit wenigen Klicks registrieren. Dort findest du auch alle Infos zur Aktion.

Wie kann dein Unternehmen Matches sammeln?

Jeder teilnehmende Betrieb erhält einen Monat lang eine gewisse Anzahl an Tischtennistischen. Nun können alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter flexibel gegeneinander spielen – **es zählt die Anzahl an Matches, um sich für das Abschluss-Event zu qualifizieren.** Jene wird direkt in der App eingetragen. Dort zeigt ein internes Ranking die aktivsten Spielerinnen und Spieler sowie die Gesamtanzahl der Matches. Gerne können intern auch eigene Anreize gesetzt werden, um alle zu mehr Bewegung zu motivieren.

Der Spielmodus

Mit einem **QR-Code** kann sich jede:r Mitarbeiter:in seinem/ihrem **Unternehmen** in der App der Bewegungsrevolution zuordnen und seine/ihre **Anzahl der Spiele selbst eintragen.**

- Gespielt wird auf den von der Bewegungsrevolution zur Verfügung gestellten Mini-Tischtennistischen
- Spielformen: 1-gegen-1 (Einzel) oder 2-gegen-2 (Doppel)
- Spielregeln: ein Satz bis 11 Punkte (2-Punkte-Unterschied)
- Punktevergabe: Pro Match erhalten alle Spieler:innen einen Punkt, unabhängig vom Ergebnis (Beispiel Doppel: Team A



Bringen wir mehr
Bewegung in unseren Alltag!

gewinnt 11:7 gegen Team B, sowohl die zwei Spieler:innen von Team A als auch von Team B erhalten je einen Punkt)

- Die jeweils aktivsten Spieler:innen aller Betriebe qualifizieren sich für das große Abschluss-Event

Das große Finale

Als Highlight zum Abschluss findet ein firmenübergreifendes Event voraussichtlich im Juni 2026 statt (genaues Datum folgt noch), wo die aktivsten Mitarbeiter:innen ihr Unternehmen bestmöglich vertreten. Für spannende Matches mit viel Teamgeist, Fairness und Spaß ist gesorgt, genauso wie für attraktive Preise!

Noch Fragen?

Unser Team steht dir unter der E-Mail-Adresse **office@diebewegungsrevolution.at** gerne zur Verfügung.