



**Timotheus A. Paulus** – Massage Practitioner®  
Mobile Wellness-Massagen in Planegg & München

Fürstenrieder Straße 6a, D-82152 Planegg

E-Mail: [hallo@paulus-massagen.de](mailto:hallo@paulus-massagen.de)

Phone: +49 (0)176-83 31 47 86

Internet: [www.paulus-massagen.de](http://www.paulus-massagen.de)

# Mobile Wellness & betriebliche Gesundheitsförderung

---

**Mehr Energie und Balance für Ihr Team – direkt in Ihrem Unternehmen**

## Warum Mobile Wellness am Arbeitsplatz?

In einem modernen Arbeitsumfeld sind **mentale Klarheit** und **körperliche Gesundheit** die wichtigsten Ressourcen. Langes Sitzen und hohe Konzentrationsphasen führen oft zu Verspannungen im Nacken- und Schulterbereich sowie zu mentaler Erschöpfung.

Wie meine Behandlungen Ihre Mitarbeitenden hier unterstützen können:

- Reduktion von stressbedingten Krankheitstagen
- Steigerung der Mitarbeiterzufriedenheit und -bindung
- Sofortige Linderung von Muskelverspannungen
- Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit und Produktivität
- Starkes Signal als wertschätzender Arbeitgeber

## Mein Angebot für Firmenkunden

Ich bringe die Entspannung direkt zu Ihnen. Mit meinem professionellen mobilen Equipment verwandle ich einen Besprechungsraum oder ein freies Büro in eine Oase der Ruhe.

### Leistungsumfang:

- **Ganzheitlich Energetische Massage (GEM)** – Fokus auf Rücken, Nacken & Schultern.
- **Dauer:** Wahlweise 20, 30 (oder 45 Minuten) pro Mitarbeitende Person.
- **Equipment:** Ich bringe Massagebank / -stuhl, Öle, Laken und evtl. Musikbox komplett mit.

## Vorteile für Ihre Buchhaltung

### • Steuerlicher Freibetrag:

Nach § 3 Nr. 34 EStG können Unternehmen bis zu 600 € pro Mitarbeitende Person und Jahr lohnsteuerfrei für gesundheitsfördernde Maßnahmen investieren. (Stand 2026)

### • Kosteneffizienz:

Als Kleinunternehmer gemäß § 19 UStG berechne ich keine Umsatzsteuer. Der Rechnungsbetrag ist für Sie somit rein netto.

## Was unternehmensseitig gestellt werden muss?

Mein professionelles, diskretes und autarkes Arbeiten lässt sich bestens und quasi ohne Aufwand für Ihr Unternehmen in den regulären Arbeitsalltag integrieren.

Bereitgestellt werden, müssten lediglich:

- **Räumlichkeiten:**

Ein ruhiger Raum von **mind. 10 - 12 qm** reicht im Grunde vollkommen aus.

Dieser sollte **beheizbar** und **zu belüften** sein, sowie die Möglichkeiten, die **Privatsphäre der Mitarbeitenden** zu wahren (d.h. von außen nicht einsehbar sein).

- **Stromanschluss:**

Eine normale Steckdose (240V Schuko) für evtl. Musikbox, Heizdecke und/oder Massageöl-Wärmer.

## Über mich

Mein Name ist Timotheus Alexander Paulus. Als zertifizierter Massage Practitioner® GEM und mit dem Hintergrund aus 1,5 Jahren der physiotherapeutischen Ausbildung (o.A.) verbinde ich fachliche Expertise mit einer achtsamen, energetischen Haltung. Mein Ziel ist es, Menschen in ihrem Arbeitsalltag einen Raum für echte Regeneration zu öffnen.

## Interesse an einem Probetag?

Lassen Sie uns gemeinsam ein **individuelles Konzept** für Ihr Team entwickeln.  
Kontaktieren Sie mich für ein unverbindliches Kennenlernen.

**Timotheus A. Paulus** | Tel: **+49 176 - 83 31 47 86** | E-Mail: [hallo@paulus-massagen.de](mailto:hallo@paulus-massagen.de)

[www.paulus-massagen.de](http://www.paulus-massagen.de)