



# PHOENIX HUB



AUTOPILATES

***Bienestar inteligente  
para las empresas  
de Canarias***



## ÍNDICE

- Sobre nosotros
- Nuestra misión
- Método PHOENIX HUB
- Metodología y Certificaciones
- Beneficios Bodyroll
- Beneficios Autopilates
- Ventajas para mutuas, empresas y PRL
- Propuesta de colaboración



# Sobre nosotros



**Phoenix Hub Autopilates** es una empresa emergente innovadora, con sede en Santa Cruz de Tenerife, dedicada a la salud preventiva corporativa. Nuestro modelo integra bienestar físico y mental en el entorno laboral, aportando soluciones para la reducción del estrés, la prevención de lesiones y la mejora de la productividad.

**Phoenix Hub Autopilates**, es un centro pionero en Canarias, de salud física y bienestar emocional diseñado para mejorar la calidad de vida de trabajadores y reducir bajas laborales en las empresas.

Nuestra propuesta combina tecnología automatizada, protocolos de prevención laboral y técnicas de autocuidado como el Autopilates y el BodyRoll, todo en un entorno flexible y autogestionado.

# DEDICATION WORKOUT DISCIPLINE





# Nuestra misión



**Transformar la prevención en bienestar real, accesible, medible y personalizado, poniendo la tecnología al servicio de la salud laboral y el cuidado emocional.**



***Promovemos hábitos saludables de forma flexible y sostenible para todos los sectores productivos de Canarias.***

***Nuestra metodología combina:***

- Autopilates Reformer – entrenamiento inteligente para la corrección postural y prevención de lesiones.*
- BodyRoll Terapéutico – tecnología avanzada para mejorar la circulación y liberar tensión.*
- Programas Exprés Corporativos de 30 minutos – diseñados para empleados con alta carga laboral.*
- Protocolos de reincorporación post-baja – optimizando la productividad y reduciendo el absentismo.*

# Método Phoenix Hub

## Diagnóstico, Rutina Inteligente y Retorno de Información

Cuando una empresa contrata nuestros planes corporativos, cada empleado accede a una experiencia completamente automatizada, personalizada y trazable a través de la APP oficial Phoenix Hub:

1

### DIAGNÓSTICO INICIAL



Al momento de la inscripción, cada empleado completa un cuestionario físico y psicosocial autoguiado desde su móvil.

Las preguntas miden estrés, motivación, energía, dolencias físicas y estado emocional general.

2

### ALGORITMO DE RUTINA PERSONALIZADA



Nuestro sistema analiza las respuestas mediante algoritmo propio y le asigna en tiempo real una rutina específica:

- Body Roll Terapéutico
- Autopilates Reformer
- O una combinación de ambos según necesidad postural, emocional o metabólica.

3

### SESIÓN FLEXIBLE ADAPTADA A SU HORARIO



El empleado entra al centro con su código QR, por la respuesta del cuestionario según las necesidades que se le envíen por correo electrónico realiza la rutina sin instructor, con una duración de 30 minutos y sin interrumpir su jornada laboral.

# 4

## EVALUACIÓN AL SALIR

Al terminar, responde un nuevo cuestionario, con preguntas sobre cómo se siente tras la sesión: estrés residual, estado anímico, tensión corporal, etc.

El sistema identifica si hay:

- Mejoría emocional notable
- Intención no verbalizada de baja
- Perfil motivado y fidelizado

# 5

## INFORME INTELIGENTE PARA LA EMPRESA

La empresa recibe un informe confidencial, donde se indica:

- Nivel de bienestar actual del empleado (Bajo / Medio / Alto)

- Si se detecta riesgo emocional encubierto

- Si el usuario ha respondido positivamente al método Phoenix Hub, se propone a la empresa (Bonos Valor).

Este ciclo se repite cada vez que el empleado acude a su sesión, lo que permite a la empresa tener un sistema de seguimiento emocional y físico continuo, preventivo y con indicadores claros de fidelización o alerta.

Nosotros proponemos herramientas si más del 50% del personal está en riesgo de intención no verbalizada de baja, sugerimos un programa de coaching grupal motivacional, si es menos del 50%, sugerimos un programa de coaching individualizado y focalizado.

La empresa sólo va invertir 30 minutos del horario del empleado

## BENEFICIO DIFERENCIAL

**Phoenix Hub** no solo ofrece bienestar, ofrece información inteligente para decisiones de RRHH y prevención de absentismo. Si un empleado está a punto de pedir una baja, el sistema lo detecta antes. Si un trabajador mejora y se fideliza gracias al programa, la empresa lo sabrá



# Metodología y Certificaciones

*Reflejamos nuestro compromiso con la calidad, la seguridad y la innovación. Este esfuerzo no solo consolida la confianza de nuestros clientes y colaboradores, sino que también aporta valor añadido a las empresas que trabajan con nosotros, al beneficiarse de colaborar con una startup innovadora que aporta soluciones reales en el ámbito de la salud laboral y el bienestar corporativo, estamos alineados con los más altos estándares.*



TRABAJAMOS BAJO ESTÁNDARES INTERNACIONALES DE CALIDAD Y ACTUALMENTE ESTAMOS EN PROCESO DE OBTENER Y FORMALIZAR:

**01** ISO 9001 - SISTEMA DE GESTIÓN DE CALIDAD.

**02** CERTIFICACIÓN AENOR

**03** ADHESIÓN A LA DECLARACIÓN DE LUXEMBURGO EN PRL.

ESTAS CERTIFICACIONES CONSOLIDAN NUESTRO COMPROMISO CON LA EXCELENCIA, LA INNOVACIÓN Y LA SALUD EN EL ÁMBITO LABORAL.



# Reconocimientos y Alianzas

- Inscritos oficialmente como startup innovadora en ENISA (n.º de registro SEE 2025 005362). Viabilidad para empresas en crecimiento.
- Alianza estratégica con la Asociación de Enfermería SATSE.
- TOP101 reconocimiento emprendimiento con impacto en España
- Pertenece a ONE (Oficina Nacional de Emprendimiento).
- Inscritos en Premio CEPYME
- Participación activa en concursos y programas de innovación, como Canarias destino StartUp, que respaldan nuestra proyección y consolidación como empresa emergente de referencia.

## Nuestro Impacto

Phoenix Hub Autopilates busca posicionar a Canarias como un hub internacional de salud corporativa, aportando programas escalables que combinan tecnología, salud y productividad. Nuestros resultados iniciales muestran reducción de estrés, mejora del estado físico y optimización.





# BENEFICIOS BODYROLL

30 MIN SESIÓN

01

MASAJE ROTATIVO  
PROFUNDO Y  
DRENAJE LINFÁTICO

02

ESTIMULACIÓN DEL  
COLÁGENO Y LA  
ELASTINA

03

TONIFICACIÓN Y  
FORTALECIMIENTO  
MUSCULAR

04

REDUCCIÓN DE LA  
RETENCIÓN DE  
LÍQUIDOS

05

ACELERACIÓN DE LA  
RECUPERACIÓN  
MUSCULAR

06

REDUCCIÓN DEL  
CONTORNO  
CORPORAL

07

ESTIMULACIÓN  
CIRCULATORIA Y  
ELIMINACIÓN DE TOXINAS

08

REAFIRMACIÓN Y  
MEJORA DE LA  
ELASTICIDAD DE LA PIEL

09

FAVORABLE  
DESCANSO  
NOCTURNO

ACTIVACIÓN  
DEL  
METABOLISMO

10

INCREMENTO DE  
LA ENERGÍA Y DE  
LA VITALIDAD



# BENEFICIOS AUTOPIILATES

60 MIN SESIÓN

01

MEJORA  
DE LA  
FLEXIBILIDAD

02

CORRECCIÓN  
DE LA  
POSTURA

03

REDUCCIÓN  
DEL  
ESTRÉS

04

CONTROL DE  
PESO  
CORPORAL

05

DESCONEXIÓN  
MENTAL  
ACTIVA

06

TONIFICACIÓN  
MUSCULAR  
GLOBAL

07

PREVIENE LESIONES  
Y MEJORA  
MOBILIDAD

08

ADAPTADO  
A TODOS LOS  
NIVELES

09

MEJORA  
EL RENDIMIENTO  
PROFESIONAL

10

FORTALECIMIENTO  
DEL  
CORE



# Ofrecemos Bonos Valor



**OTORGANDO  
PREMIO AL ESFUERZO**



- ✓ La empresa reconoce y motiva a su equipo con un Bono de 5 sesiones.
- ✓ Refuerza el clima laboral, mejora la motivación y consolida el employer branding.
- ✓ Beneficio tangible para el trabajador, prestigio para la empresa.

***“BIENESTAR INTELIGENTE PARA EQUIPOS QUE MERECEAN LO MEJOR”***

# Ventajas y Beneficios Phoenix Hub para Empresas

- Reducción de absentismo hasta un 38%, disminuyendo costes asociados a bajas laborales.
- Ahorro económico en ansiedad, depresión y agotamiento de empleados.
- Mejora del clima laboral y la comunicación interna.
- Incremento de la productividad: equipos descansados y motivados rinden más y cometen menos errores.
- Reincorporación saludable post-baja con protocolos progresivos y seguros.
- Employer branding: refuerzo de la imagen corporativa como empresa que cuida a su personal.
- Acceso a subvenciones y financiación europea.



# Ventajas y Beneficios Phoenix Hub para Mutuas

- Menor duración de bajas laborales gracias a prevención y apoyo psicológico.
- Disminución de recaídas tras la reincorporación laboral.
- Protocolos de reincorporación progresiva y segura, mejorando la estabilidad del trabajador.
- Alianzas estratégicas que aportan prestigio en salud mental corporativa.
- Detección temprana de riesgos psicosociales con cuestionarios inteligentes.
- Acceso a subvenciones y financiación vinculadas a salud y prevención.



# Ventajas y Beneficios Phoenix Hub para PRL

- **Prevención de burnout y estrés crónico, reduciendo riesgos psicosociales.**
- **Informes inteligentes con métricas claras para RRHH y PRL.**
- **Cumplimiento legal en riesgos psicosociales y normativas laborales.**
- **Diagnóstico psicosocial previo para detectar riesgos de absentismo y actuar antes de que aparezcan bajas.**
- **Propuesta de valor añadida: coaching grupal o individual según el porcentaje de personal en riesgo.**



# Propuesta de Valor



**Bonos corporativos y tarifas especiales.**



**Talleres y campañas conjuntas de salud.**



**Networking empresarial con visibilidad institucional.**



**Informes confidenciales integrados en políticas de PRL.**



# Contáctenos



**¿Está listo para tener una plantilla activa, motivada y presente?**

<https://phoenixhub-autopilates.com>



[info@phoenixhub-autopilates.com](mailto:info@phoenixhub-autopilates.com)



822 12 36 55 / 690 86 81 53



Avenida Bravo Murillo, 16, Local  
Santa Cruz de Tenerife



**Horario:**

**Lunes a Viernes de 8:00 a 22:00**

**Sábados de 9:00 a 22:00**

**Domingos de 9:00 a 14:00**



# PHOENIX HUB



*“Empiece hoy a construir una cultura empresarial más saludable, productiva y valorada”*

PHOENIX HUB



*salomon*