

Helsinki × STEPOUR»

Innovation Project

www.stepout.fi

info@stepout.fi



Helsinki x STEPOUR»

Päämäärä & Ratkaisu

Projektin tavoitteet

- Kasvattaa työntekijöiden jokapäiväistä aktiivisuutta ja vapaa-ajan liikuntaa
- Motivoida työntekijöitä priorisoimaan omaa hyvinvointia
- Vähentää työntekijöiden istuma-aikaa

StepOutin missio

- Luoda tienaamismahdollisuuksia itsenäisille pienyrittäjille liikunnan ja hyvinvoinnin alalta, jotka tulevat erilaisista taustoista
- Rohkaista liikuntaa ja hyvinvointia kaikille ikäryhmille

Osallistujat

- Työntekijät Henkilöstöliikunnan puolelta
- Työntekijät Liikuntapalveluiden puolelta

Ratkaisumme



Mobiili-sovellus, joka mahdollistaa työntekijöiden selailun, varausten tekemisen ja osallistumisen erilaisille liikunnan ja hyvinvoinnin aktiviteeteille yli 2 kuukauden aikana



Työntekijöillä oli pääsy StepOut:in kuukausitilaukseen nimeltä "StepOut Access", joka tarjosi heille 12 aktiviteettia 30 päivän ajan



Tunnit tapahtuivat virtuaalisesti vuorovaikutteisessa ympäristössä. Tuntivalikoimaan kuului: kokovartalotreenit, venyttelyä, joogaa ja meditaatiota, pilatesta, bhangraa, zumbaa, erilaisia tanssilajeja, intervallitreenejä, barrea ja paljon muuta



Suoratoistona tapahtuvia, ohjattuja tunteja kotoilta käsin, jotka mahdollistivat osallistujien kuntoilun mukavasta ympäristöstä, ilman riskejä tai paineita



Mahdollisuus voittaa palkintoja saavuttamalla asetetut kuntoilutavoitteet, joka motivoi urheilemaan enemmän. Osallistujat ansaitsivat pisteitä osallistumalla tunneille ja avaamalla palkintoja keräämillään pisteillä. Tätä ominaisuutta varten, StepOut teki yhteistyötä Foodin, TwoDads ja FuelMe:n kanssa

Kokeilu jaettiin kahteen jaksoon, joilla molemmilla oli erilaiset päämäärät. Rekisteröitymiset osallistujille avattiin 07.10.2020. Tavoitteena oli ottaa mukaan 50 osallistujaa molemmista osallistujaryhmistä

180

Rekisteröitymiset yhteensä

⚡ Vastaanotimme noin 150 rekisteröitymistä alle tunnissa rekisteröitymiskaavakkeen auettu
Tämä heijastaa StepOut:in kaltaisen palvelun tarpeellisuutta

Vaihe 1
19.10.2020 - 17.11.2020



Päämäärä

StepOut Access kuukausitilauksen esittelemineen työntekijöille

Tiedonkeruu

Viikottaiset palautekyselyt lähetettiin työntekijöille, joiden avulla kerättiin tietoa ja tehtiin säännöllisesti tarvittavia parannuksia alustamme sekä palveluumme

Ole Hyvä

Suuri määrä rekisteröitymisiä osoitti, että työntekijöillä oli suuri kiinnostus palveluamme kohtaan, josta syystä StepOut alkoi tarjoamaan myös "Ole Hyvä" tunteja

Nämä tunnit tapahtuivat kerran viikossa, ja olivat saatavilla kaikille kaupungin työntekijöille ilman kuukausitilausta.

StepOut vastaanotti yhteensä vielä 219 rekisteröitymistä työntekijöiltä, jotka halusivat osallistua näille virtuaalisille tunneille StepOut Access -tilauksen ulkopuolella.

Vaihe 2
23.11.2020 - 22.12.2020



Päämäärä

Muistuttavan ja palkitsevan strategian esittelemineen, joka mahdollisti osallistujien ansaita pisteitä osallistumalla tunneille ja avaamalla palkintoja

Tiedonkeruu

Viikottaiset palautekyselyt lähetettiin työntekijöille, joiden avulla kerättiin tietoa ja tehtiin säännöllisesti tarvittavia parannuksia alustamme sekä palveluumme

Yhteistyökumppanit



Ole Hyvä -tunnit

Lopullinen tiedonkeruu

— Videohaastattelut aktiivisten osallistujien kanssa

— Palautekyselylomake

Helsinki x STEPOUR»

Projektin lopputulos

100%

työntekijöistä suosii virtuaalitunteja tällä hetkellä. Virtuaalitunnit lisäävät ihmisten mahdollisuutta osallistua uusille aktiviteeteille, joihin he eivät normaalisti osallistuisi paikan päällä tapahtuvilla studiotunneilla

88.9%

työntekijöistä ajattelee StepOut:in kaltaisen alustan olevan tärkeä tänä päivänä ja arvostavat ohjattuja tunteja, joita tarjoamme heidän koteihinsa

70%

käyttäjistä kertoo, etteivät välitä tuntien ohjauskielestä, he ovat siis monimuotoisuuden puolella ja tukevat sitä



Suurin osa käyttäjistä vastasi StepOut:in palveluiden lisännen heidän motivaatiotaan pysymään aktiivisempänä



Saamaamme viikottaiseen palautteeseen perustuen ja käyttäjien käyttäytymistä seuraten, tiimimme onnistui oppimaan, kehittymään ja pystyi tekemään tarvittavat muutokset alustaamme

Hyödyt, joita yritys sai tästä yhteistyöstä

- Mahdollisuus testata ja parantaa palveluamme sekä sovellustamme
- Näkyvyyden saaminen
- Mahdollisuus edistää monimuotoisuutta ja voimaannuttaa eri taustoista tulevia, itsenäisiä valmentajia tienaamaan tarjoamistaan palveluista
- Rohkaisemaan liikuntaa ja hyvinvointia kaikille ikäryhmille tämän haastavan ajanjakson aikana

Kritiikki ja takaiskut

- Työsähköpostin käyttö oli este usealle työntekijälle
- Sisäisen suoratoistoalustamme yhteensopivuus työntekijöiden työkoneiden ja/tai selainten ja laitteiden kanssa
- Tarve sovelluksen tuntien kalenterille
- Tekniset vaikeudet kuten yhdistettävyyden, yhteensopivuuden eri puhelinten kanssa, yhteensopivuuden eri selainten kanssa

Helsinki x STEPUR>>

Palaute

“Kiitos tästä kokeilujaksosta. Tuntien vetäjät ovat olleet hyviä ja on ollut antoisaa kokeilla sellaisiakin tunteja, joita ei ole normaalisti tullut tehtyä ja keho kiittää.”

“Yoga and stretching have helped my back, neck and are really useful.”

“Epäilin, kun olen 65v. enkä viime aikoina koronan aikana ole kovin paljoa treenannut. Mutta tunti oli tosi hyvä ja varasinkin kaikki mahdolliset joulukuun loppuun saakka. Oli todella hyvä tunti ja aion jatkaa.”

“Tämä on eka kerta, kun innostunut kotona treenamisesta.”

“Variety of sessions is great and the fact that they are virtual makes life much more easier and comfortable to attend the sessions.”

“Osallistuminen ei ole sidoksissa aina tiettyyn päivään ja kellonaikaan, vaan voi itse määritellä milloin ja mitä haluaa treenata > joustavuus!”

“On monipuolista, energisoivaa, motivoivaa, kannustavaa ja työhyvinvointia vahvistavaa.”

“Kaikki testituntien ohjaajat ovat olleet ammatillisia, positiivisia ja hyvän treenisession mahdollistajia.”

“Peaceful to train as you please, motivational emails and the schedules were inspiring!”

“Tämä oli kaiken kaikkiaan tervetullut juttu meille sotealalla, kun täältä toivotaan, melkein veloitetaan välttämään turhia kontakteja, joita niin helposti syntyy ryhmäliikunnoissa ja silloin tartuna-alttius kasvaa.”

“Home workouts are an excellent choice for me.”

“I’ve enjoyed your app immensely. It’s easy to use, intuitive. Overall, it has been a very enjoyable experience so far!”

“Kiva rauhallinen tahti, ehtii hyvin tehdä liikkeet, sarjat sopivan pituiset.”

“Kiva kannustava, selkeästi opastava ohjaustyyli.”

“StepOut has helped me meet my fitness goals even with an incredibly busy schedule during a pandemic. Through StepOut I have discovered new, fun ways to keep fit from my own home.”