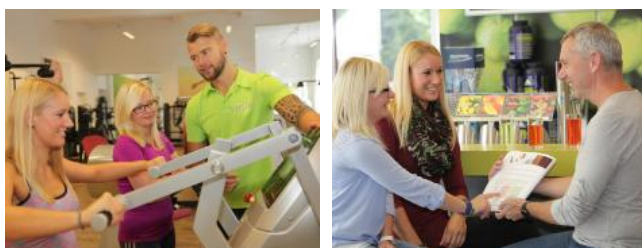


FITNESS UND GESUNDHEITZENTRUM WEIZ



GESUNDHEITSORIENTIERTES FITNESSTRAINING

Der Schwerpunkt im Fitness- und Gesundheitszentrum LifeStyle Weiz, liegt auf professionell betreutem Training. Unsere Sportwissenschaftler und diplomierten Fitnesstrainer erarbeiten mit Ihnen gemeinsam Ihre Ziele und begleiten Sie bei der Umsetzung. So unterschiedlich die Menschen sind, sind es auch die Ziele.

Wissenschaftliche Erkenntnisse belegen, dass eine gut trainierte Muskulatur die Grundvoraussetzung für einen fiten und aktiven Körper ist und gleichzeitig das Krankheitsrisiko minimiert. Trainierte Muskeln machen gesund, leistungsfähig und stärken das Immunsystem! Häufige Beschwerden wie Rückenschmerzen können vermieden werden und auch Altersprozesse lassen sich mit einem gezielten Muskeltraining verlangsamen.

LIFESTYLE FITNESS & GESUNDHEITZENTRUM

IHR LEISTUNGSANGEBOT

- Anamnesegespräch und Muskelfunktionstest sowie Körperanalyse
- Erstellung eines individuellen Trainingsplan
- Einschulung und Begleitung durch diplomierte Fitnesstrainer und Sportwissenschaftler
- 6 Monate Vollmitgliedschaft
- Benutzung des Kinesis Rückenfitnessanlage
- Benutzung des milon Kraft-Ausdauer Zirkels
- Teilnahme an allen Gruppenfitness-Veranstaltungen
- Premiumzugang von 5:30 - 24:00, 7 Tage die Woche
- Gratis Teilnahme an Fachvorträgen zum Thema Gesundheit und Ernährung
- Alle 3 Monate Körperanalyse

 fitness room

 Parking/garage

ADRESS

Marburger Straße 47
8160 Weiz
Austria
<http://www.lifestyle-weiz.at>