

HOME OF PERFORMANCE

lautet unsere Philosophie, welche die Mitglieder und Patienten individuell betreut und sie präventiv, sowie leistungsorientiert in unserem Wohnzimmerflair fordert.



NADINE BAUM / Geschäftsführung
DOSB-Sportphysiotherapeutin



OLIVER ZOCK / Human Resources



THERESA GEORGI / Fitnesstrainerin

UNSER STUDIO

ist ein neuentwickeltes modernes Bewegungszentrum, welches empathisch und individuell auf seine Mitglieder und Patienten eingeht.

Egal, ob Einsteiger oder Sportskanone – bei uns ist jeder willkommen! Mit Hilfe von unserem freundlichen und motivierenden Team findet man das perfekte Zusammenspiel zwischen Sport, Gesundheit und langjährigem Wohlbefinden.



H O M E O F P E R F O R M A N C E



RAUMKONZEPT

Unser Studio wird seinem Slogan »Home of Performance« mehr als gerecht. Dieser findet sich in dem hellen und großen »Retro-Wohnzimmerinterieur« wieder.

Unser außergewöhnliches Design und die große Trainingsvielfalt machen den Besuch zu einem Erlebnis.



BEHANDLUNGSRÄUME

welche zwischen Schmerz - und Entspannungstherapie unterschieden werden. In einem eleganten und niveauvollen Interieur wird dem Patienten auf insgesamt 30 m² geholfen.

Ob präventiv, in der Rehabilitation oder für das eigene Wohlbefinden finden wir den richtigen und effizientesten Weg zu ihren persönlichen Zielen.



FITNESSBEREICH

Auf 130 m² finden Sie unseren EGYM- & EFLEX-Zirkel, einen großzügigen Cardiobereich sowie eine der innovativsten Wandlösungen, die »Wonderwall«.

Das multifunktionale Trainingsgerät für die Vertikale ermöglicht Functional Fitness, Faszien-Therapie, Dehnung und Krafttraining für den ganzen Körper.

Sie bietet mit ihren flexiblen, verstellbaren Adaptionen ideale Fitness- und Therapiemöglichkeiten.

SPORT- UND KURSRAUM

Der 65 m² große Sportraum ist für unsere Kleingruppentrainings perfekt geeignet. Durch hohe und mit indirektem Licht ausgestatteten Wände, kann der moderne Raum vom Yoga Kurs bis hin zum Einzeltraining vielfältig genutzt werden.

Sollte kein Training stattfinden, dürfen unsere Mitglieder gern die Räumlichkeiten für ihr individuelles Training nutzen. Dem privaten Workout steht nichts mehr im Wege.



UNSER ANGEBOT

Diese Möglichkeiten warten auf Dich

EGYM – TRAININGSZIRKEL

Durch automatische Einstellungen garantiert der EGYM Zirkel nach der Kraftmessung ein effektives, individuelles und zeitsparendes Training. Durch seine Periodisierung ist ein motivierendes sowie abwechslungsreiches Training garantiert.

EFLEX - DEHNUNGSZIRKEL

Unsere Produktserie von SMART Flex sorgt für eine Schmerzreduktion und eine höhere Lebensqualität im Alltag. Durch das Muskel-längentraining wird das Training noch effektiver.

WONDERWALL

Die multifunktionalen Trainingsgeräte stellen eine innovative Wandlösung dar, welche eine Vielzahl von Fitnessübungen und Faszien-therapien ermöglichen.

PHYSIOTHERAPIE

Durch unsere DOSB - Sportphysiotherapeutin Nadine Baum können Sie sich von Painless bis hin zu Relax einer physiotherapeutischen Behandlung unterziehen.

GUPPEN- & EINZELTRAINING

Ob im Einzeltraining oder in Kleingruppen, die Individualität der auf die Mitglieder bezogenen Kurse sind uns wichtig und werden wöchentlich im Kursplan veröffentlicht.