

BodyShape+ ^{power}

Individuell trainieren können, unter professioneller Anleitung und einem abwechslungsreichen Angebot – ein Traum für Menschen, deren Alltag viel Flexibilität erfordert.

Trainieren mit gezielter Straffung & Fettabbau

EMS-Training ist eine hocheffiziente, ganzheitliche und dennoch zeit-sparende Methode des Ganzkörpertrainings.

Als optimale Ergänzung oder Alternative zum konventionellen Geräte-training lassen sich schnell, sicher und mit geringem Aufwand, bemerkenswerte Trainingseffekte erzielen. Durch zwei zusätzliche Personal Trainings ClubSmart/M. können Problemzonen gemeinsam mit Ihrem Personal Trainer noch intensiver ganz individuell und erfolgsorientiert trainiert werden.

Die **Slimformer-Behandlung** kann mit einem aktiven EMS-Training oder einer passiven EMS-Behandlung kombiniert werden. Bei der passiven Variante entspannen Sie sich, während das EMS-System gezielt die mit den Pads belegten Muskeln trainiert.

Die Zellwände der Fettzellen werden porös, die Zellmembran wird geknackt und durchlässig – Zellinhaltsstoffe können besser passieren. Die in den Fettzellen gespeicherten Energiereserven (Fett) werden gespalten, aus den Zellen herausgeschleust und durch das **EMS-Training** in dem Lymphsystem der Muskulatur verstoffwechselt. So wird das Lymphsystem angeregt und die freigewordenen Fettsäuren werden besser abtransportiert. **Durch diese Prozesse werden Fettzellen schnell und deutlich verkleinert.**

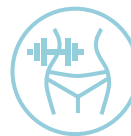
Unsere Ernährungspläne von **Healthy Balance** schließen den Kreis und runden unser ganzheitliches Konzept ab. So begleiten wir Sie Schritt für Schritt Ihrer Wohlfühl- bzw. Traumfigur entgegen.

Ihre **Vorteile & Erfolge** unseres **BodyShape^{power+}** Kombi-Programm:

- . Ganzkörpertraining
- . Rückenstabilisierung
- . Stoffwechselaktivierung
- . Umfangreduktion
- . Cellulitereduktion
- . Körperstraffung
- . Lymphanregung



- + 2 x professionelle Ernährungsplanung** durch das GESAMTE JAHR
- Stoffwechseltest und Körperanalyse
 - 28 Days Life Change KUR
 - Weightlossplan oder Healthyplan



BEGINNEN SIE JETZT DAMIT, DAS BESTE AUS SICH HERAUSZUHOLEN!

LEISTUNGEN:

- 4 x EMS-Training/M.
- 2 x PT ClubSmart
- 4 x SlimFormer-Behandlung/M.
- 2 x Stoffwechsellmessung/J.
- 12 x umfangreiche Körperanalyse/J.
- 1 x 28 Tage Life Change KUR
- 1 x Weightloss Plan/Healthy Plan

inklusive regelmäßig begleitende Beratungen & Coachings

EMS-Gesundheitspakete:

- . Sportler +
- . BodyShape +
- . BodyShape^{power+}
- . Wellness +
- . Therapie +