

Sportler+

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

Trainieren wie im Leistungssport

Gerade für sportbegeisterte, leistungsorientierte Sportler bietet unser **EMS-Training** die perfekte Lösung, um zeitsparend die maximale Leistungsfähigkeit zu erreichen. Mit **EMS-Training** kann in kürzester Zeit die Maximalkraft, Schnelligkeit und die Ausdauer aufgebaut werden – um einiges schneller als im konventionellen Krafttraining.

EMS-Training eignet sich besonders nach Verletzungen und Operationen, und auch zur aktiven Prävention von Verletzungen. Außerdem können Dysbalancen ausgeglichen und Schwachstellen gestärkt werden. Zwei zusätzliche Personal Trainings ClubSmart/M. setzen neue Maßstäbe und lassen für Sportbegeisterte, Bodyformer und Kraftsportler keine Wünsche offen.

- + 2 x **Personal Training**/M. à 40 min – zur Leistungssteigerung, setzen neuer Maßstäbe und für individuelle Ziele
- + 1 x **Sportmassage**/M. à 30 min – für perfekte Regeneration



BEGINNEN SIE JETZT DAMIT, DAS
BESTE AUS SICH HERAUSZUHOLEN!

LEISTUNGEN:

- 4,3 x EMS-Training/M.
- 2 x PT ClubSmart/M.
- 1 x Sportmassage/M. (30 min)
- 1 x umfangreiche Körperanalyse/M.

EMS-Gesundheitspakete:

- . Sportler +
- . *BodyShape* +
- . *BodyShapepower* +
- . *Wellness* +
- . *Therapie* +



Personal Training Thomas P.

Stuttgarter Straße 41/1 . 71254 Ditzingen . Tel 07156 / 30 70 664
info@tp-personaltraining.com . www.tp-personaltraining.com