

FIT=GUT!

Neues aus dem



April 2017

Liebe Mitglieder,

der Umbau im 2. OG ist nahezu abgeschlossen. Spätestens Ende dieser Woche werden wir unseren neuen Wohlfühlbereich für Sie freigeben. **Was ist wirklich neu?**

Den Massagesessel kennen Sie ja bereits. Mit Geldmünzen oder (für Flatratekunden) mit Chip-Münzen (erhältlich an unserer Rezeption) können Sie sich eine unglaublich wohltuende Rückenmassage zum Entspannen gönnen. Versuchsweise werden wir den Sessel nun in die Kabine hinter den Vorhang stellen, damit Sie dort völlig ungestört vom „Laufbetrieb“ im Flur Ihre wohlverdiente Auszeit genießen können. Mal sehen, wie sich das entwickelt.



Licht ist Leben.

Informationsbroschüre für die neue Balance Hybrid-Technologie



bereits beim Vorgänger wird der Bräunungseffekt durch die sanften „Green Light Röhren“ erzeugt. **Neu** sind jedoch die jeweils dazwischen eingefügten „Beauty Light Collagen-

Völlig neu ist unser Licht-Therapie-Geräte von Ergoline!

Bereits in der Vergangenheit haben wir ja immer wieder darauf hingewiesen, dass der gemäßigte Umgang mit Lichtbestrahlung besonders in „lichtarmen Zeiten“ (also z.B. im Winter) für den Menschen mit Vorteilen verbunden ist: Positive Wirkungen auf den Stoffwechsel, das Nervensystem, die Haut, das Blut und den Knochenaufbau durch Unterstützung der Vitamin D-Synthese sind nachweisbar.

Aber: Wir wissen auch, dass durch ein „zuviel“ an Sonnenbestrahlung der Organismus (insbesondere die Haut als größtes menschliches Organ) Schaden nehmen kann.

Daher gilt:

Bestimmung der Besonnungsdauer nach Hauttypen und Mäßigung bei der Zeitvorwahl sind Pflicht!

Hybrid-Technologie

Unser neues Licht-Therapie-Gerät ist mit zwei verschiedenen Leuchtröhren ausgestattet: Wie

FIT=GUT!



Neues aus dem

April 2017

Lampen“. Sie nutzen das sichtbare Rotlicht, um den körpereigenen Prozess der Photo Bio Stimulation anzuregen. Hierbei wird die Collagen- und Elastin-Produktion durch die Beauty Light Lampen angeregt. Fältchen werden deutlich reduziert, die Haut sichtbar gestrafft und das gesamte Hautbild verbessert.

Lesen Sie vor der ersten Nutzung in Ruhe die ausliegenden Broschüren aufmerksam und fragen Sie unsere Mitarbeiter nach der Wahl der korrekten Besonnungsdauer. Und dann: Viel Spaß mit unserer neuen „kleinen Schwester der Sonne“.

Ostern steht schon wieder vor der Tür!

Schon am 14. April beginnt das Osterwochenende.

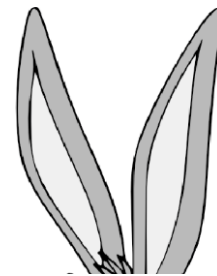
Unsere Öffnungszeiten über die Feiertage sind

Karfreitag, 14.04. 10:00 – 16:00 Uhr

Ostersonntag, 15.04. 13:00 – 17:00 Uhr

Ostersonntag, 16.04. **geschlossen**

Ostermontag, 17.04. 10:00 – 16:00 Uhr



Osterspecial-Group Fitness mit Panja
von 10:30 – 12:00 Uhr

Und natürlich gibt es auch in diesem Jahr wieder unsere **Oster-Elferkarte zum Sonderpreis** von € 139,00 (statt € 159,00) ohne Getränkeflatrate und für € 149,00 (statt € 169,00) mit G-Flat. Ab sofort an unserer Rezeption.

Auch für unsere Freunde des schmalen Geldbeutels haben wir wieder das **Oster-Verzehrguthaben-Paket** geschnürt: € 30,00 aufs eigene Verzehrkonto einzahlen und € 5,00 Bonus dazu einsacken. Ei der Daus! Da schmeckt der Cappuccino gleich nochmal so gut!

Fitness Forum Kooperationspartner – Konzept

Wir freuen uns sehr mit unseren Firmenpartnern auf ein weiteres Jahr der Zusammenarbeit. Während die Firma Getränke Keck zum 31.03.2017 ausgeschieden ist und Sie, unsere Mitglieder, dort natürlich leider auch keine besonderen Konditionen bei Vorlage der FiFo-Card mehr erhalten, haben wir mit der Firma **PLAMECO (David Messori)** und **Reinhold GmbH Holzbau und Bedachungen (Friedrich Büttner)** zwei sehr interessante neue Partner gewinnen können. Sie stellen sich Ihnen sowohl auf unserem Rezeptionsmonitor als auch im Flur vor den Umkleiden mit ihren Produkten und Dienstleistungen vor, und wir sind sicher, dass Sie als unsere Mitglieder nicht nur in Form einer besonderen persönlichen Beratung von unseren Partnern profitieren werden.

FIT=GUT!

Neues aus dem



April 2017

Wir sind jedenfalls mächtig stolz darauf, dass wir 9 starke Firmen aus Weilimdorf und Korntal zu unserem kleinen, aber feinen Netzwerk zählen dürfen.



Slimcoach – Ernährungsführerschein



Jetzt abnehmen!
12 Wochenkurs

mit Kostenerstattung
durch die Krankenkasse!

Infoabend:
Dienstag, 18. April
19:15 Uhr



Infos und Anmeldung an der Rezeption

Auch in diesem Frühjahr starten wir wieder eine spezielle Ernährungs- und Bewegungskampagne:

Slimcoach ist ein internetbasiertes Lernprogramm für gesunde Ernährung, das als einziges auf dem Markt von der Zentralen Prüfstelle für Prävention zertifiziert wurde. Das bedeutet: Die gesetzlichen **Krankenkassen übernehmen die Kosten bei regelmäßiger Teilnahme am 12 Wochenkurs.**

Am **Dienstag, 18. April 2017** laden wir Sie zum **Infoabend um 19:15 Uhr** zu uns in den kleinen Gymnastikraum ein, wo unser Team Ihnen dieses perfekt in die Badesaisonvorbereitung passende Konzept genauer vorstellen wird und alle Ihre Fragen dazu beantworten kann.

Slimcoach – und der Sommer kann kommen!

FIT=GUT!

Neues aus dem



April 2017

So, zum Schluss noch einmal die Erinnerung:

Am Freitag, 7. April 2017 ist unser Studio geschlossen! Wir sind alle in Köln auf der Messe und kümmern uns um unser größtes Highlight in diesem Jahr: Der Neueröffnung unseres Gerätetrainingsbereiches im Herbst! Sehr spannend!

Viel Spaß im Fitness Forum und frohe Ostern wünschen Ihnen

und das Fitness Forum Team.