

Fitness classics

Auf drei Ebenen bieten wir Ihnen einen modernen Techno-Gym-Gerätepark, der in Bezug auf Qualität und Vielfalt seines Gleichen sucht.

Eine gefestigte Muskulatur stabilisiert den gesamten Bewegungsapparat und beugt z.B. Haltungsschäden, Rückenbeschwerden etc. vor.

Deshalb empfehlen immer mehr Ärzte ein stabilisierendes Kraft-Training und zwar unabhängig von Geschlecht und Alter.

Mit individuellen Programmen werden Sie Ihren Zielsetzungen gerecht und tragen somit zur Gesundheitserhaltung respektive -Rehabilitation bei.

