

Mit BODYSTREET Reutlingen zum perfect body – weil 20 Minuten Training reichen!

Das persönliche Microstudio das Zeit spart!

Im Alltag bleibt vor lauter Trouble, Stress und Arbeit meist wenig Zeit für sich selbst. Wer für sich und seinen Körper einen Ausgleich sucht, zeitintensive Trainingseinheiten aber nicht wahrnehmen kann oder will, findet hier eine Lösung. In nur 20-Minuten wöchentlich, kann man effizient sowie ohne große Disziplin den Körper fit halten und seine Zeit für andere Dinge nutzen.

Erleben Sie das zeitsparendste Training, das Sie jemals kennen gelernt haben. Seit 1. März führt die Physiotherapeutin Gisela Sauerbeck mit Ihrem Team den BODYSTREET Standort in Reutlingen. Das erfolgreiche Franchiseunternehmen hat bundesweit über 200 Bodystreet-Microstudios.

Das Personal-Training Team betreut seine Schützlinge in einem perfekt ausgestatteten Studio. Die Trainer überwachen die korrekte Ausführung der vorgezeigten Übungen, korrigieren Ausweichbewegungen und motivieren, um die höchste Effizienz zu erzielen. Mit hohem Engagement und Motivation wird das Bodystreet-Mitglied bei den Übungseinheiten begleitet und in den letzten Minuten an die Leistungsgrenze gebracht. Danach springt jeder mit einem erleichterten, glücklichen Gefühl unter die wohlverdiente Dusche.

Ein großer Vorteil ist, dass man keine Trainingsausrüstung oder Handtücher mitbringen muss. Es gibt die Option, alles Benötigte gestellt zu bekommen. Somit fällt es leicht, ohne viel Aufwand in der Mittagspause oder schnell zwischendurch zum Training zu flitzen.

Die Elektrische Muskel-Stimulation, kurz EMS, ist eine innovative, risiko- und schmerzfreie Methode, für ein Ganzkörper-Krafttraining. Mit Hilfe von Elektroden

erreicht man 30% mehr Muskelfasern und tiefer gelegene Muskelschichten. Diese hohe Wirksamkeit haben Studien der Sportschule Köln bewiesen. Dass diese Methode wirkt, die ihren Ursprung in der Astronautik und Sportmedizin hat, beweist auch der Muskelkater nach dem ersten Training. Auch belegen zahlreiche Feedbacks den Erfolg des Trainings. „Nun habe ich endlich wieder meine Bikini-Figur“, so eine Mitglied.

Auch prominente Sportler haben diese effiziente Art der Fitness schon längst für sich entdeckt. So auch Shenia Minevskaja von den TusSies Metzingen, der 1. Handball-Bundesliga der Frauen. Sie und weitere Teamkolleginnen sowie der Betreuer selbst ergänzen ihr persönliches Training außerhalb der Saison bei BODYSTREET in Reutlingen. Hier betreibt man eine erfolgreiche Kooperation und Zusammenarbeit im Bereich Sportsponsoring. Dies kann auch mit weiteren Vereinen erfolgen.

Zentral gelegen, zwischen Busbahnhof und der Einkaufsmeile in Reutlingen, kann man sich einen Einblick verschaffen. Was aber so einfach aussieht, darf nicht unterschätzt werden, denn es geht zur Sache! Am besten man vereinbart ein Probetraining und testet das erfolgreiche EMS-Training gleich an sich selbst aus.

Es dauert auch nicht lange
– 20 Minuten Zeit hat jeder!

BODY STREET®



Bodystreet Reutlingen Zentrum

Inhaber: Gisela Sauerbeck
Karlstr. 22 | 72764 Reutlingen
Tel.: 07121 / 13 60 106
reutlingen-zentrum@bodystreet.com



Unsere Öffnungszeiten:
Montag - Freitag: 10 - 19 Uhr und Samstag 10 - 14 Uhr,
sowie nach Vereinbarung.

www.bodystreet.com

Exklusiver Aktions-Gutschein für SAM-Leser:
– Zwei Trainings zum Preis von Einem -
Komm einfach vorbei, bring einen Partner oder
Partnerin mit und erhalte zwei BODYSTREET Trainings.
Ihr zahlt nur 19,90 € für ein komplettes BODYSTREET
Intensivtraining inklusive Personal-Trainer
zum „Kennenlernen“!