

Du möchtest...

- ...deine Topform behalten?
- ...zurück zu deiner Topform kommen?
- ...ein Ziel vor Augen haben?
- ...an Deinen Schwachstellen gezielt arbeiten?
- ...wieder Motivation finden?

Dann ist dieses Programm genau richtig für Dich!

- ✓ 4 Wochen Betreuung
- ✓ 3 Zoom-Trainings pro Woche
- ✓ Spezifische Zielvereinbarung
- ✓ 2 x online Coaching mit einem Trainer Deiner Wahl



Durch die lange Schliessung fehlt eine regelmässige Kontrolle und Anpassung Deines Trainings für Dein Ziel. Egal ob Du in Topform bist oder Dir die Bewegung durch die aktuelle Situation fehlt – mit diesem Programm finden wir Deinen Ansporn und holen Deine Motivation zurück. Du profitierst von einem Starttermin und online Coachings mit einem Trainer Deiner Wahl. Zudem sind 3 Zoom-Trainings pro Woche im Preis inbegriffen. Je nach Wunsch erhältst Du wertvolle Tipps, sei es für Deine Gesundheit, Ernährung, die mentale Fitness oder Übungsausführungen. Wir stimmen uns auf Dich ab und unterstützen Dich zu oder bei Deiner Topform. **Profitiere JETZT!**

Kursempfehlung

Montag, 07.00 Uhr M.A.X.

Mittwoch, 18.30 Uhr TopFit

Freitag, 9.00 Uhr maxPump

Freitag, 18.30 Uhr Cardio & Strength

Samstag, 10.00 Uhr M.A.X. und Core

wie gut ist Deine Tiefe? → wir empfehlen Pilates

(Montag, Dienstag oder Donnerstag möglich)

