



CARDIO  FITNESS
STUDIO
IM JOHANNISBAD

für ein
GUTSCHEIN
PROBETRAINING

Seit 1994 arbeitet unser Unternehmen erfolgreich in den Bereichen Fitness und Therapie. Grundlage ist das gesundheitsorientierte Training, bei dem Sie mit Spaß an der Sache ihre persönlichen Trainingsziele erreichen. Dafür stehen Ihnen erfahrene Trainer als Ansprechpartner zur Verfügung. Sie begleiten unsere Gäste von Anfang an, stellen den aktuellen Fitnessstand fest und erarbeiten darauf basierend den individuellen Trainingsplan. Damit Überbelastungen vermieden werden, können alle Gäste ihr Training pulsgesteuert durchführen. Wollen Sie neben ihrem Training einen Kurs besuchen? Kein Problem - bei der großen Auswahl, haben Sie die angenehme Qual der Wahl. Interessiert? Dann schauen Sie doch einfach bei uns vorbei und überzeugen sich davon, wie wir Sie auf dem Weg zur Verbesserung Ihrer Gesundheit und Ihres Wohlbefindens unterstützen können.

kleiner Einblick in unser
ANGEBOTE

Professionelle Trainingsbetreuung
Fitnessstest und Ermittlung Ihrer Ausgangswerte
Pulsgesteuertes Herz-Kreislauftraining
Muskelstraffung und Muskelaufbautraining
Isodynamisches Zirkeltraining
Große Auswahl an Kursangeboten - z.B.: Rückenschule, Zumba, Yoga, Pilates, Fit von Kopf bis Fuß, Bauch Bein Po u.v.m.
Nutzung der Sauna-und Badelandschaft des Johannisbades zu Vorteilsbedingungen möglich




CARDIO FITNESS
STUDIO
IM JOHANNISBAD

 (0375) 390 90 44

GESUNDHEIT  **LEBEN**

Johannisstr. 16
08056 Zwickau

cardio-fitness-studio@onlinehome.de
www.cardio-fitness-studio.de