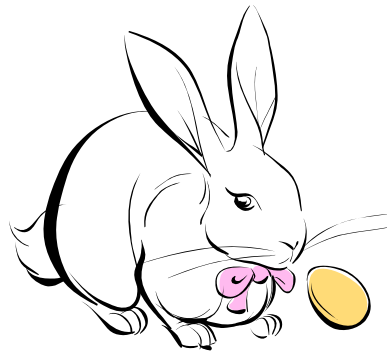


Studio News

April/Mai 2012



Liebe Mitglieder,

endlich wärmere Temperaturen draußen. Es wird auch Zeit, nach diesem Winter... Das macht Lust auf mehr – und die Zeit für Bikini & Co. Rückt näher.

Es gibt **eine ganze Menge Neues** zu berichten. Unsere Tops diesmal:

1. Neue Öffnungszeiten ab dem 01. April 2012
2. Unsere Monatsangebote
 - tolle Angebote (auch zum Verschenken 😊)
 - Öffnungszeiten während der Feiertage
3. Verstärkung für unser Trainer Team
4. Schwerpunkt-Thema „Ernährung“ – Get in Shape for Summer
 - Neu im Sortiment: Fit for Fun Müslis (low carb + high protein)
 - Body-Shaping-Aktion mit dem neuen Multipower Fruit & Shape Smoothie
5. Kurstraining – das neue Programm ist so umfangreich wie nie
6. Aktionstage im Mai – Womans Day/Mens Day 2012

1. Neue Öffnungszeiten ab 01. April 2012:

Auf vielfachen Wunsch stellen wir unsere Öffnungszeiten dauerhaft wie folgt um:

Montag – Donnerstag	08.00 – 12.00 Uhr 16.00 – 21.00 Uhr
Freitag	12.00 – 20.00 Uhr
Samstag	12.00 – 16.00 Uhr
Sonntag	10.00 – 14.00 Uhr

Diese Zeiten werden Sommer wie Winter durchlaufen.

2. Angebote des Monats April/Mai

Tolle Angebote:

Shake des Monats April:	Banane	}	0,3 l	2,00 €
Shake des Monats Mai:	Erdbeer		0,5 l	3,50 €

L-Carnitin Liquid Caps: 45 Kps. anstatt 16,90 € **14,90 €**

Riegel „Doppeldecker“: **Kaufe zwei, zahle einen Riegel !!!**
- gültig für alle Sorten außer OatSnack -

Unser Oster-Special zum Verschenken:

Du suchst ein Geschenk für Deine Liebsten? Dann haben wir die richtige Idee für Dich:

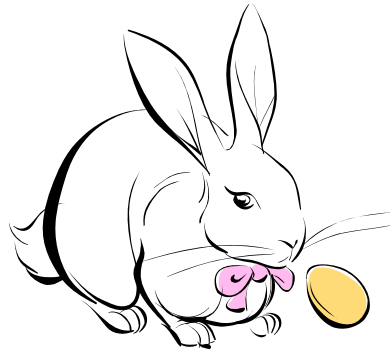
Verschenke eine Schnupper-Woche im Studio mit:

- Schnupper-Trainingsplan mit Einführung
- freien Besuch aller Kurse (ausgenommen Rückenschule)
- 1 x Sauna
- 1 x Shake nach Wahl

nur 25,00 €* |

(die 25,00 € werden bei Abschluss einer späteren Studio-Mitgliedschaft auf das Start-Paket angerechnet)

* zzgl. 25,00 € Kautions für Technogym-Schlüssel



Öffnungszeiten an den „Feiertagen“:

April 2012:

Karfreitag, 06. April 2012	10.00 – 14.00 Uhr
Ostersonntag, 08. April 2012	geschlossen
Ostermontag, 09. April 2012	10.00 – 14.00 Uhr

Mai 2012:

Maifeiertag, 01. Mai 2012	geschlossen
Muttertag, 13. Mai 2012	10.00 – 18.00 Uhr**
Himmelfahrt, 17. Mai 2012	10.00 – 18.00 Uhr**
Pfingst-Sonntag, 27. Mai 2012	geschlossen
Pfingst-Montag, 28. Mai 2012	10.00 – 14.00 Uhr

** Unsere beiden Aktionstage im Mai, dadurch verlängerte Öffnungszeiten und ein tolles Tagesprogramm (siehe Ende des Newsletters für weitere Informationen).

3. Verstärkung für unser Trainer-Team

Ab dem 01. April 2012 erhält unser Trainer-Team fachkompetente Verstärkung. **Christiane Jarrell** ist ausgebildete TRX-Suspension und Pilates-Trainerin. Sie hat in den vergangenen 10 Jahren in Amerika, San Diego, in einem Gesundheitszentrum gearbeitet und war dort für Personaltraining, Trainingsbetreuung und Kurstraining zuständig. Wir freuen uns über diese tolle Verstärkung und heißen sie in unserem Team ganz herzlich willkommen. Christiane übernimmt den Kursbereich Pilates und TRX und wird Euch als Trainerin auf der Trainingsfläche betreuen.

4. Get in Shape for Summer – unser Schwerpunkt im April/Mai

Unser Schwerpunktthema im April und Mai ist die „Ernährung“. Wir alle wollen fit und schön sein im Sommer – daher haben wir uns für Euch einiges einfallen lassen:

- **Spezial-Angebot BodyWrapping:**

60 min

anstatt 35,00 €

nur

25,00 €

- **Fit for Frühstück – aber lecker bitte:**

Neu bei uns:
als Frühstück oder
Zwischenmahlzeit:



nur: 7,90 €/Dose

- **Spezial-Angebot Ernährungsberatung:**

Beratungstermin inkl. Körperfettmessung

nur

48,90 €

- **Neuer Smoothie von Multipower**

Vom führenden Eiweiß-Anbieter Multipower kommt ein neues Produkt heraus:



Fruit & Shape Smoothie: echtes Fruchtpulver mit 30 % Eiweiß und wichtigen Vitaminen - **fettfrei und reich an Ballaststoffen !!!** Gut sättigend, kalorienarm und gesund!

Bei uns im April zum Testen und zum Einführungspreis von:

anstatt 16,90 €

nur



14,90 €/Dose

5. Kursprogramm – so umfangreich wie nie zuvor...

Auch hier hat sich viel getan in den letzten Wochen. Mit inzwischen 4 Cycling-Kursen (Mo, Di, Mi und Do jeweils um 19.00 Uhr), 3 Zumba-Kursen (Di, Do und Sa) ist unser Kursprogramm deutlich gewachsen. Wir freuen uns sehr über diese Entwicklung und wünschen Euch weiterhin viel Spaß dabei ! Einen aktuellen Kursplan legen wir unserem Newsletter bei. Die Listen zum Eintragen hängen wie immer im Studio aus. Gerne könnt Ihr Euch auch telefonisch eintragen lassen. Unsere Studio-Theke erreicht Ihr während der Öffnungszeiten unter: 02772-570130

Rehasport aktuell – Sport auf Rezept

Bisher bieten wir Rehasport in Gruppen nur im Bereich Orthopädie (Wirbelsäulengymnastik) an. In Kürze werden wir dies weiter ausbauen. Die Vorbereitungen laufen auf Hochtouren, damit wir spätestens ab Juni 2012 unser Angebot auch hier erweitern können. Geplant sind:

- **Herzsport-Gruppe**  und
- **Diabetes-Gruppe** 

Wir halten Euch über die weitere Entwicklung auf dem Laufenden.

6. Aktionstage im Mai - Womans Day/Mens Day

Im Mai planen wir zwei **Aktions-Tage** für Euch, für die es gerne auch zu Ostern Gutscheine zum Verschenken gibt:

Womans Day: *Muttertag, Sonntag, 13. Mai 2012*

(verlängerte Öffnungszeit: 10.00 – 18.00 Uhr)

Programm:

- *Open Sauna - for woman only –*
- *Kurse: BBP, Zumba, Step-Aerobic*
- *Wellness-Cocktail*
- *Aroma-Massage und BodyWrapping zum Sonderpreis*

In unserem Gutschein-Angebot ist der Besuch der Sauna, aller Kurse sowie ein Wellness-Cocktail enthalten. Preis Womans Day Gutschein: 16,80 €/Person.

Mens Day:

Himmelfahrt, Donnerstag, 17. Mai 2012

(verlängerte Öffnungszeit: 10.00 – 18.00 Uhr)

Programm:

- *Open Sauna - for men only -*
- *Kurse: Pump, TRX, Cycling*
- *Kraftwettbewerb im Studio*
- *Gutshof hell und „Maibock“ vom Fass*
- *Sportmassage zum Sonderpreis*

In unserem Gutschein-Angebot ist der Besuch der Sauna, aller Kurse sowie ein Gutshof-Maibock 0,3 l enthalten. Preis Mens Day Gutschein: 16,80 €/Person

Wie immer wünschen wir Euch viel Erfolg und Spaß beim Training

Euer

Aktiv-Health Team