

Fit auf Knopfdruck CHF 39.– pro Monat*

POWER PLATE®

Der 10 Minuten Erfolg



* 2x pro Woche
Gruppentraining auf
dem Power Plate im
Jahresabo-Upgrade!

Airport Fitness



Powered by

LifeFitness
WHAT WE LIVE FOR

www.airport-fitness.ch
Tel. +41 (0)43 816 56 66

POWER PLATE®

Der 10 Minuten Erfolg

NEU: Power Plate für CHF 4.90 pro Kurs im Gruppentraining!

Was ist Power Plate?

Power Plate wirkt durch multidimensionale Beschleunigung und Fibration der Platte. Dadurch können bis zu 50 Muskelreflexe in der Sekunde erzeugt werden, welche nahezu alle Muskelgruppen im Körper ansprechen.

Die Power Plate Technologie wird in folgenden Bereichen eingesetzt:

- Prävention von Rückenschmerzen
- Verbesserung des Hautbildes
- Körperfettreduktion durch Steigerung des Grundumsatzes
- Verbesserung der Kraft, Beweglichkeit, Knochendichte, Stabilisation und Koordination

Anwendung: 2 mal pro Woche 10 Minuten

Exklusiv: Power Plate-Gruppenkurse.

In der Gruppe trainieren macht einfach mehr Spass! Bei uns haben Sie die Möglichkeit mit dem **Jahresabo-Upgrade** für nur CHF 39.-/ Monat, 2 mal pro Woche eine Gruppenkursstunde Ihrer Wahl zu besuchen.

Wir unterscheiden folgende Themen:

- Ganzkörper Fatburner
- B.B.P = Bauch, Beine und Po
- Einsteigerkurs

Die Kurse müssen vorangemeldet werden und dauern ca. 10-15 Minuten. Es finden 21 Kurse pro Woche statt. Jeweils am Morgen, über den Mittag und am Abend.

Nur im Jahresabo-Upgrade lösbar:

Bar/EC: CHF 460.-

LSV: CHF 39.-/Monat.



Powered by

LifeFitness
WHAT WE LIVE FOR

www.airport-fitness.ch oder
Telefon +41 (0)43 816 56 66

Sie finden uns im Sockelgeschoss
des Hotels Radisson Blu am Zürich-Flughafen.