

EMS TRAINING

Elektrische Muskelstimulation

- * Geringer Zeitaufwand (20 Minuten)
- * Rasche Erfolge
- * Ganzkörper - Kräftigung
- * Fettverbrennung & Stoffwechsel-Aktivierung
- * Linderung von Rückenschmerzen
- * Für jeden Fitness-Level & für jedes Alter

EMS KRAFT

Personal Training mit isometrischen und dynamischen Elementen

Für jedes Leistungsniveau und jedes Alter anpassbar

Mit Bällen, TRX, Resistance-Bändern, Hanteln, MFT-Boards etc.

Kräftigung - Stabilisierung - Koordination mit Spass & Abwechslung

Dauer: 20 Minuten

EMS CARDIO

Herz-Kreislauftraining am Radergometer

Individuell nach Herzfrequenz, Intervalltraining (Watt / Trittfrequenz)

Steigerung der Ausdauer

Durchblutung und Fettverbrennung fördern

Dauer: 20 Minuten

EMS KOMPLETT

Die Kombi: Mehr Kraft - Mehr Ausdauer - Weniger Fett

Für Deine komplette Fitness

Hol Dir in 30 Minuten den grössten Effekt für Deine Ziele

1 x EMS Kraft (20 min) anschliessend 1x EMS Cardio (10 min)

Dauer: 30 Minuten

Herbst-Special EMS Cardio

* 1 Probetraining EMS Komplett

1 Einheit „EMS Komplett“ (20 min Kraft + 10 min Cardio)

incl. Körperfettmessung & Besprechung der individuellen Ziele

Dauer: ca. 70-90 min

PREIS: € 19,—

* 3er Abo EMS Komplett

3 Einheiten „EMS Komplett“ (20 min Kraft + 10 min Cardio)

Dauer: ca. 45 min

PREIS: € 99,—

ANGEBOT GÜLTIG BIS ENDE SEPTEMBER 2014
NUR FÜR EMS NEUKUNDEN - 1 SPECIAL PRO PERSON
CARDIO SPECIALS FÜR BESTEHENDE KUNDEN GERNE AUF ANFRAGE

WEITERE INFOS UNTER

WWW.NUTRIMOVE.AT

FÜR TERMINVEREINBARUNGEN/FRAGEN

STEHE ICH GERNE UNTER

0676 - 9 777 699

ODER

INFO@NUTRIMOVE.AT

ZUR VERFÜGUNG