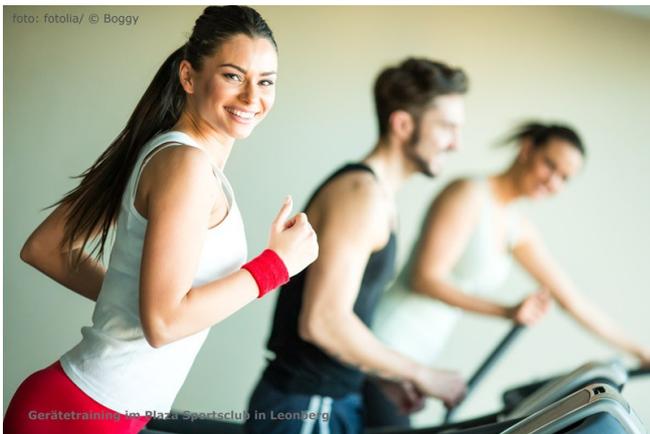


## Beim Gerätetraining immer auf dem neuesten Stand im Plaza Sportsclub in Leonberg

### Mit Ihrer Fitness immer up to date im Plaza Sportsclub.

**Der Herbst ist mittlerweile schon richtig eingekehrt und damit auch die kalten, regnerischen und ungemütlichen Tage. Im Freien Trainieren macht bei Nieselwetter und kalten Windböen nicht wirklich Spaß. Verständlich, dass die Motivation in den Keller sinkt, auch an seine Gesundheit und Fitness zu denken. Der Plaza Fitness und Sportclub hat die Waffe gegen die Motivationslosigkeit. Mit einem neuen Gerätepark und zahlreichen innovativen Funktionen können sich die Mitglieder des Fitness- und Sportclubs in Leonberg über die kalte Jahreszeit fit halten.**



Bereits im September diesen Jahres gab es einige Neuerungen in Gerätepark des Plaza Sportsclub in Leonberg. Mit den aktuellen Technogym Artis Geräten können die Mitglieder des Fitnessstudios jetzt auf dem neuesten Stand der Technik, Forschung und Sportwissenschaft trainieren. Wer dabei an starre Geräte denkt, hat sich getäuscht. Das Kinesis® One bietet durch die unzählig ausführbaren Übungen einen nahezu unausschöpflichen und vielfältigen Trainingspartner. Beim Training mit Kinesis® One werden natürliche Bewegungsabläufe

gefordert und gefördert. Die Mitglieder des Plaza Sportsclub Leonberg können so die Funktionalität und Beweglichkeit Ihres eigenen Körpers wieder neu erfahren und trainieren. Jedoch nicht nur zum Fithalten sind die Technogym Artis Fitnessgeräte geeignet. Das Kinesis® One ist darüber hinaus auch für den Einsatz in Reha-Zentren und medizinischen Bereichen zertifiziert und eignetet sich somit hervorragend zur Rehabilitation und den Aufbau der Muskulatur sowie allgemeinen Regeneration nach Verletzungen.

Auch im Dezember will der Plaza Sportsclub die Trainingsmöglichkeiten seiner Mitglieder verbessern und auf dem aktuellsten Stand halten. Ein neuer milon®- Zirkel bereichert die Trainingsfläche des Studios und den Trainingsplan der Fitnessbegeisterten. Innerhalb von 17,5 Minuten trainiert man bereits alle Muskelgruppen und in der doppelten Zeit, also in 34 Minuten, erzielt man mit dem milon® Zirkle nachhaltige Erfolge.

Das gesamte System des Zirkels ist automatisiert und passt sich individuell den Bedürfnissen des Mitgliedes an. Zu Beginn wird jedes Mitglied, von einem der geschulten und professionellen Trainer des Plaza Fitness, in die Funktionen des Zirkeltrainings eingewiesen. Die persönlichen Daten, wie Gewicht und Fitnessstand werden auf einer Chipkarte gespeichert und bei jedem Training vom Gerät ausgelesen. Aufgrund dieser Chipkarten-Steuerung kann man keine Übung fehlerhaft ausführen oder sich überlasten. Das Gewicht wird automatisch dem jeweiligen und individuellen Fitnesslevel angepasst. Das Training mit dem milon®-Zirkel ist daher sowohl für Einsteiger, als auch für Fortgeschrittene bestens geeignet und der Trainingserfolg lässt nicht lange auf sich warten.

Ab Dezember steht der neue milon®-Zirkel im Plaza Sportsclub für alle Mitglieder zur Verfügung. Diese Kombination aus effektivem Training und der Zeitersparnis, sind genau das Richtige im Hinblick auf die hektische Vorweihnachtszeit.

Weitere Informationen unter [www.plaza-sportsclub.de](http://www.plaza-sportsclub.de)

### **Über den Plaza Sportsclub**

Das Fitnessstudio Plaza Sportsclub in der Berliner Straße in Leonberg bietet die effektivsten Fitness-, Trainings- und Entspannungsmethoden in moderner, freundlicher Atmosphäre. Neben Fitness-, Hantel- und Zirkeltraining, Vibrationstraining mit PowerPlate™ und Slendertone™, Abnehmtraining und Ernährungsberatung umfasst das Angebot auch gesundheitsorientierte Kurse und Trainingsmethoden, z. B. Rückenfitness-Kurse. Der gemütliche Wellnessbereich lädt zum Wohlfühlen und Entspannen ein. Das umfangreiche Kursangebot bietet neben Kursen wie beispielsweise Bauch-Beine-Po auch lizenzierte Original-Kurse von LesMills wie Bodypump™, GRIT™, Bodybalance™, CX-Worx™ sowie Tae Bo™, Zumba Fitness®, Indoor Cycling und viele mehr. Weiterführende Informationen über den Plaza Sportsclub Leonberg gibt es unter [www.plaza-sportsclub.de](http://www.plaza-sportsclub.de)

#### **Pressekontakt**

Herr Lazo Tanakopoulos  
Plaza Sportsclub GmbH  
Berliner Str. 49  
71229 Leonberg  
Telefon: 07152 / 92 75 55  
[info@plaza-sportsclub.de](mailto:info@plaza-sportsclub.de)  
[www.plaza-sportsclub.de](http://www.plaza-sportsclub.de)

#### **Agenturkontakt**

Herr Nikolai Tauscher  
Ewald-Renz-Str. 1  
76669 Bad Schönborn  
Tel: 07253 9875 600  
[n.tauscher@i-group.de](mailto:n.tauscher@i-group.de)  
[www.i-group.de](http://www.i-group.de)

