

P R E S S E M I T T E I L U N G

SPEED-FIT feiert am 15. Dezember dreijähriges Jubiläum und stellt Expansionspläne vor

Seit nunmehr drei Jahren hilft Berlins modernstes Fitnessunternehmen SPEED-FIT fitnessbegeisterten Berlinern mit engem Terminplan bei der Umsetzung ihrer Ziele. Jetzt ist die Erweiterung mit einem zweiten Studio geplant.

Berlin, 10. Dezember 2009

Wie schaffen es stressgeplagte Berliner und Berlinerinnen mit einem engen Terminplan, der kein zeitaufwendiges Fitnesstraining zulässt, sich trotzdem fit zu halten oder zu werden?

Kunden von SPEED-FIT kennen seit nunmehr drei Jahren die Antwort auf diese Frage, denn Ende 2006 öffnete das Fitnesscenter mit dem völlig neuartigen Trainingskonzept am Schiffbauerdamm/Ecke Albrechtstraße direkt gegenüber vom S-Bahnhof Friedrichstraße seine Pforten. Das Training mit SPEED-FIT ermöglicht durch ein neuartiges Trainingssystem in kurzer Zeit, fast alle Muskelgruppen zu trainieren.

Wie das geht? Das Training findet am sogenannten SPEEDtrainer statt, welcher Elektroimpulse erzeugt und diese mithilfe einer speziellen Trainingsausrüstung auf den Körper überträgt. Eine Trainingseinheit dauert lediglich 15 Minuten. In dieser Zeit erfolgt alle fünf Sekunden ein Impuls, der die Muskeln zur Kontraktion bringt und auch tiefer gelegene Muskeln erreicht, die mit normalen Fitnessgeräten meist gar nicht oder nur schwer trainiert werden können. Zwei Trainingseinheiten von 15 Minuten pro Woche sind völlig ausreichend, da eine Trainingseinheit etwa 20 bis 30 Stunden herkömmlichem Fitnesstraining entspricht. Studien der sportwissenschaftlichen Universität Bayreuth und der Sporthochschule Köln belegen die Erfolge, die mit dem ganzheitlichen SPEEDtraining erreicht werden können. Die Leistungsfähigkeit wird nachweislich erheblich gesteigert, der Körper geformt und gestrafft. Das optimiert nicht nur den eigenen Gesundheitszustand, sondern steigert auch die Lebenslust und stärkt das Selbstvertrauen.

Dass das Konzept von SPEED-FIT aufgeht und sehr gut von den Berlinerinnen und Berlinern angenommen wird, zeigen die Expansionspläne mit der geplanten Eröffnung eines zweiten SPEED-FIT Clubs im Februar 2010. Der Club wird sich in der 5. und 6. Etage des Facharztzentrums in Tegel befinden und liegt damit sehr verkehrsgünstig nur 100 m vom U-Bahnhof Alt-Tegel, 500 m vom S-Bahnhof

Weiteres Pressematerial ist im PR-Office
abrufbar unter www.pr4you.de

Tegel und nur 400 m von der Autobahn-Abfahrt Waidmannsluster-Damm entfernt.

Dazu Torsten Danneberg, Geschäftsführer von SPEED-FIT: „Es ist immer wieder schön, mitzuerleben, wie begeistert unsere Kunden sind, wenn sie ihre Trainingsziele erreichen. Nach nunmehr drei Jahren am Berliner Markt können wir sagen, dass unser Konzept sehr gut angenommen wird und voll aufgeht. Deshalb können wir jetzt auch unsere geplante Expansion umsetzen und werden dazu im Februar 2010 unseren zweiten SPEED-FIT Club in Berlin Tegel eröffnen.“

Weitere Informationen über SPEED-FIT sind im Internet unter www.SPEED-FIT.de abrufbar.

Abdruck frei, Beleghinweis erbeten
394 Wörter, 2.910 Zeichen mit Leerzeichen

Weiteres Pressematerial:

Sie können im Online-Pressefach schnell und einfach Bild- und Textmaterial zur kostenfreien redaktionellen Verwendung downloaden:

<http://www.pr4you.de/pressefaecher/speed-fit/>

Weiteres Pressematerial ist im PR-Office
abrufbar unter www.pr4you.de

Ansprechpartner für Rückfragen:

(1) PR-Agentur PR4YOU

Ansprechpartner: Holger Ballwanz, Marko Homann

PR-Agentur PR4YOU
Schonensche Straße 43
D-13189 Berlin

Telefon: +49 (0) 30 43 73 43 43
Fax: +49 (0) 30 44 67 73 99
E-Mail: presse@pr4you.de
Internet: www.pr4you.de

(2) EUROPEAN SPEED-FIT LTD.

Ansprechpartner: Torsten Danneberg, Thomas Hufnagel

EUROPEAN SPEED-FIT LTD.
Niederlassung Deutschland
Albrechtstraße 12
D-10117 Berlin

Telefon: +49 (0) 30 280 44 77 0
Fax: +49 (0) 721 15 15 99 49 8
E-Mail: danneberg@SPEED-FIT.de
Internet: www.SPEED-FIT.de

Weiteres Pressematerial ist im PR-Office
abrufbar unter www.pr4you.de

Hintergrundinformationen:

Über SPEED-FIT

Sehr zentral und in unmittelbarer Nähe zum Bahnhof Friedrichstraße gelegen, befindet sich in der Albrechtstraße / Ecke Schiffbauerdamm der erste SPEED-FIT Club Berlins. Unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung lassen sich hier mit nur wenig Aufwand maximale Trainingserfolge erzielen: 15 Minuten SPEEDtraining ersetzen circa 20 Stunden konventionelles Fitnesstraining.

SPEED-FIT hat sich dabei zum Ziel gesetzt, die eigene Devise „Der schnellste Weg zur Topfigur“ für alle Mitglieder erfolgreich umzusetzen. Die umfangreiche Trainingseinführung in das SPEEDtraining wird dafür beispielsweise mit neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen der Ernährungswissenschaft kombiniert.

Weitere Informationen über SPEED-FIT sind im Internet unter www.SPEED-FIT.de abrufbar.