

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

2,5 Tonnen Muskelmasse - Mit SPEED-FIT starten Berliner schlank und fit in den nächsten Sommer

Rund 2,5 Tonnen Muskelmasse haben die Kunden von Berlins wohl modernstem Fitnessstudio SPEED-FIT seit Anfang des Jahres bereits aufgebaut. Gleichzeitig wurden dabei circa 3,5 Tonnen Fettmasse abgebaut.

Berlin, 26. August 2009

Der Sommer neigt sich dem Ende zu und die Bikini- oder Badehosenfigur wurde mal wieder nicht erreicht. Was kann man jetzt schon tun, damit es für den nächsten Sommer klappt? Jedes Jahr plagt man sich erneut kurz vor der heißen Jahreszeit mit den gleichen Gedanken: Kann ich das wirklich anziehen? Wie bekomme ich noch schnell ein paar Pfunde runter? Die einschlägigen Magazine nehmen das Thema dankbar auf und stellen eine neue Diät nach der anderen vor.

Wirkliche Erfolge auf diesem Sektor können die Kunden von SPEED-FIT vorweisen. Diese haben seit Anfang des Jahres in Berlins wohl einzigartigstem Fitnessstudio, welches im Dezember 2006 eröffnet hat, rund 3,5 Tonnen Fettmasse abgebaut. Dabei kamen nicht irgendwelche obskuren „Wundermittel“ zum Einsatz, sondern nur modernste Technik und neueste medizinische Erkenntnisse.

Beim SPEEDtraining handelt es sich um ein neuartiges Trainingssystem, bei dem nahezu alle Muskelgruppen mit Hilfe von Elektroimpulsen gleichzeitig trainiert werden. 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 herkömmlichen Fitnessstraining 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.

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

Dazu Torsten Danneberg, Geschäftsführer von SPEED-FIT: „Durch den hohen Wirkungsgrad des Trainings erzielen unsere Kunden in kürzester Zeit mess- und sichtbare Erfolge. Durch den minimalen Zeiteinsatz von 15 Minuten pro Trainingseinheit ist SPEED-FIT zudem auch hervorragend für Berufstätige geeignet. Aber nicht nur Anfänger, sondern auch Fortgeschrittene, die bislang auf herkömmliche Art und Weise trainiert haben, sind von SPEED-FIT begeistert. Das belegen unsere stetig steigenden Kundenzahlen.“

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

Abdruck frei, Beleghinweis erbeten
379 Wörter, 2.770 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.