

25 Jahre «Vitamare Fitness» in Frick

«Energie tanken und in Form kommen» - Tag der offenen Tür am Samstag und Sonntag, 25./26. Oktober, von 9 bis 17 Uhr

Reinschnuppern gefällig? Anlässlich des 25-Jahre-Jubiläums lädt «Vitamare Fitness» am Wochenende, 25./26. Oktober, zum «Tag der offenen Tür» ein. Das moderne Fitness-Studio, das sich in den letzten 25 Jahren fest in Frick etabliert hat, bietet zum Jubiläum interessante Angebote und Preisnachlässe an. Am Samstag und Sonntag, von 9 bis 17 Uhr, haben Besucher die Möglichkeit, sich einen Einblick über Angebot und Philosophie zu verschaffen.

Das Team um Geschäftsführer Anton Obrist steht bereit, um den Gästen das Fitnessstudio vorzustellen und auf individuelle Fragen einzugehen. Gerne werden auch Termine zum Probetraining gemacht. Eine gute Gelegenheit also auch für Anfänger, sich an das Thema Fitness heranzutasten.

«Vitamare Fitness» ist kein gewöhnliches Fitnessstudio. Das Studio zeichnet sich durch neueste Gerätetechnologie aus und auch die Gestaltung der Räumlichkeiten ist nach den Grundlagen der FengShui-Lehre eingerichtet. Die Mitglieder von «Vitamare Fitness» haben die Möglichkeit, Hallen- und Freibad, Sauna und Dampfbad des angrenzenden Vitamare Freizeitzentrums mitzubedenken. Der rege Zulauf lässt Geschäftsführer Anton Obrist optimistisch in die Zukunft blicken. Das Fitnessgeschäft boome, was auch daran liege, dass Fitnessstraining immer mehr an Akzeptanz gewinne. «Bei den heutigen Belastungen ist es immer wichtiger, körperlich und geistig fit zu bleiben. Zum gesunden Training ge-

hört mehr wie blosses Hantelnstemmen, deswegen stehe ein bestens ausgebildetes Team bereit, das sich um jeden Einzelnen persönlich kümmert und einen individuellen Trainingsplan zusammenstellt.»

Es werden laufend neue Geräte und Materialien angeschafft, um allen Wünschen gerecht zu werden und die Möglichkeiten zu optimieren. Ein eigener Kinderhort, für die Betreuung sind ausgebildete Spielgruppenleiterinnen zuständig, vervollständigt den Service von «Vitamare Fitness».

«Unsere Mitglieder sind zwischen 15 und 80 Jahre alt.» Nicht nur Fitness-Instruktoren wissen, wer auch im hohen Alter beweglich sein will, sollte regelmässig seine Beweglichkeit trainieren. Auch die Krankenkassen haben dies erkannt und beteiligen sich mit einem Zuschuss bis zu 360 Franken an einer Mitgliedschaft im «Vitamare Fitness».

Aus «Atlantis Fitness» wurde «Vitamare Fitness»

Am 11. Februar 1989 wurde das Studio unter dem Namen «Atlantis Fitness» in Frick eröffnet. 2001 erfolgte die Namensänderung in «Vitamare Fitness», «eine Angleichung, die dem Freizeit-, Wellness- und Fitnesspark gerechter wurde, so stehe Vita für das Leben und Mare für das Wasser», informiert Obrist. Von damals 180 Quadratmetern hat sich das Studio mit 1000 Quadratmetern nicht nur übers Fünffache vergrössert, sondern sich auch im Laufe der Jahre zu einem Vier-Sterne-Club weiterentwi-



Motiviert und kompetent: Das Vitamare-Team hilft, das persönliche Fitness-Ziel zu erreichen

Foto: zVg



Fitness-Instruktorin Yvonne Kasper und Geschäftsführer/Fitness-Instruktor Anton Obrist sind für die Ausbildung des neuen Auszubildenden zuständig

ckelt. Derzeit beschäftigt das Vitamare 25 Mitarbeiter, darunter ist neu auch ein Auszubildender.

An den zwei Jubiläumstagen laden kostenlose Workshops zum Probetraining und Ausprobieren ein. Das Angebot umfasst «Spinning», «Pilates», «Zumba» und «TRX». «Beim TRX arbeitet man immer nur mit dem eigenen Körpergewicht gegen die Schwerkraft», so Obrist. «Da sich der Körper in einer freien Lage befindet werden Kraft, Koordination, Gleichgewicht, Stabilität und Ausdauer gleichzeitig trainiert, also ein komplettes Ganzkörper-Workout, der die allgemeine wie auch sportspezifische Leistungsfähigkeit verbessert.» Lust auf mehr?

25 Prozent Rabatt

Zum Jubiläum gewährt «Vitamare Fitness» 25 Prozent Rabatt auf jede neue Mitgliedschaft.

Tag der offenen Tür

25 Jahre «Vitamare Fitness»
Motto: «Ein bewegter Tag»

Samstag/Sonntag,
25./26. Oktober, 9 bis 17 Uhr

Jubiläums-Workshops:
Spinning, Pilates, Zumba, TRX

Anmeldungen zum Jubiläums-Kursangebot sind erwünscht,
Tel. 062 871 55 66

Jubiläums-Spezialangebot:
Mitgliedschaft für Neumitglieder
12 Monate, statt 1170 nur 880
Franken; 24 Monate, statt 1960
nur 1470 Franken (inklusive Ge-

tränke, Kinderbetreuung von
Montag bis Freitag, 9 bis 11.15
Uhr).

Vitamare Fitness GmbH
Juraweg 13
5070 Frick
info@vitamare-fitness.ch
Tel. 062 871 55 66

Reguläre Öffnungszeiten
Montag - Freitag: 9 bis 21.30 Uhr
Samstag/Sonntag: 9 bis 14 Uhr

Anerkanntes Fitnesscenter der
Interessengemeinschaft führender
Krankenkassen.

www.vitamare-fitness.ch

Sie wollen...

- ...abnehmen und Fett abbauen?
- ...Ihre Figur verschönern und ihr Gewebe straffen?
- ...mehr Kraft
- ...grössere Muskeln?
- ...Ihre Ausdauer verbessern?
- ...sich von Rückenschmerzen und Verspannungen befreien?

www.vitamare-fitness.ch



Angebote

- Gruppenkurse
- Krafttraining
- Herzkreislauftraining
- Gleichgewichtstraining
- Beweglichkeitstraining
- Kinderhort
- Physiotherapie
- Med. Massage
- Getränke im Preis inkl.
- Gratis-Parkplätze
- Sauna und Dampfbad
- Frei- und Hallenbad

Fit und gesund durch's Leben



Kraft-, Beweglichkeits-, Gleichgewichts- oder Ausdauertraining: Im Vitamare Fitness können alle diese Komponenten für jedes Alter optimal gezielt trainiert und verbessert werden Fotos: Marianne Vetter