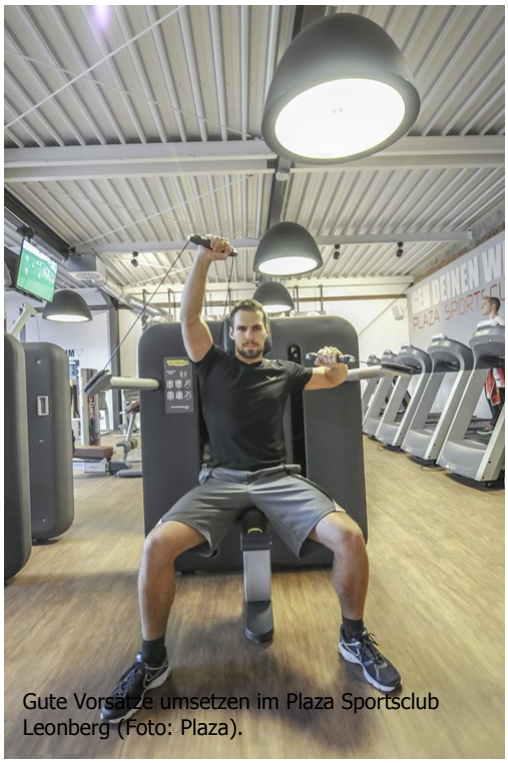
Fit ins neue Jahr im komplett renovierten Plaza Sportsclub in Leonberg

Das Fitnessstudio hilft, die Vorsätze zum neuen Jahr in die Tat umzusetzen

Mehr Bewegung, gesündere Ernährung, weniger Stress: eigentlich sind es ganz bescheidene Neujahrsvorsätze, doch der innere Schweinehund ist meist sehr stark und vielen fällt es schwer, den ersten Schritt zu tun. Dabei ist es ganz einfach, denn in einem Fitnessstudio wie dem Plaza Sportsclub in Leonberg stehen Profis zur Seite, die beratend und motivierend dabei helfen, um den Schweinehund zu überwinden. Und in den frisch renovierten, stylischen Räumlichkeiten macht das Fitness- und Gesundheitstraining noch mehr Spaß.


Gute Vorsätze umsetzen im Plaza Sportsclub Leonberg (Foto: Plaza).

Dem Jahresanfang wohnt ein Zauber inne, den viele Menschen nutzen möchten, um ihr Leben zu ändern. Neujahrsvorsätze gehören einfach zur Tradition und werden jedes Jahr aufs Neue gefasst, ungeachtet des (Miss-)Erfolgs der vergangenen Jahre. Der beste Ansprechpartner, wenn es um Veränderungen des Bewegungs- und Ernährungsverhaltens geht, ist bei den meisten Menschen nicht etwa der Arzt, sondern das Fitnessstudio des Vertrauens. Auch im Plaza Sportsclub weiß man um die Bedüfrnisse der Menschen zum Jahresstart und ist darauf vorbereitet, sie zu motivieren und im individuellen Tempo zu ihren Zielen zu führen.

Abnehmen steht natürlich ganz oben auf der Liste der Neujahrsvorsätze. Weihnachtszeit ist bei den meisten Schlemmerzeit mit Plätzchen, Braten und Co., doch schon eine Woche später ist die Reue groß und der Vorsatz gefasst: im nächsten Jahr nehme ich nicht nur die Weihnachtspfunde, sondern noch etwas mehr ab, und fühle mich endlich wieder wohl! Der beste Weg zu diesem Ziel ist eine Kombination aus Ernährungsumstellung und mehr Bewegung. Die Figurloft im Plaza Sportsclub bietet die besten Voraussetzungen für alle Abnehmwilligen, ihre Vorsätze in die Tat umzusetzen. Hier stehen die besten und effektivsten Maßnahmen für die Figur zur Verfügung.

Abgesehen vom Ziel, abzunehmen und die Figur zu verbessern, gehen viele auch aufgrund von Rückenschmerzen und Problemen mit dem Bewegungsapparat ins Fitnessstudio. Es hat sich mittlerweile herumgesprochen und wird auch in den Medien immer öfter thematisiert, dass regelmäßige, richtige Bewegung Wirbelsäule und Gelenke gesund erhält, für eine bessere Beweglichkeit sorgt und man damit viele Beschwerden lindern kann. Mit den speziellen Geräten von Dr. Wolff sowie dem five® Rücken- und Gelenkkonzept finden auch die Rückengeplagten im Plaza Sportsclub alles, was Sie sich für das Umsetzen ihrer Neujahrsvorsätze wünschen. Kompetente Trainer begleiten auf dem Weg und erstellen einen individuell auf die jeweiligen Bedürfnisse zugeschnittenen Trainingsplan.

Viele nehmen sich auch einfach vor, sich mehr Zeit für sich selbst zu nehmen. Auch sie finden im Plaza Sportsclub in Leonberg die Entspannung und Erholung, die sie suchen. Der großzügige Wellnessbereich wurde, wie der gesamte Fitnessclub, im letzten Jahr renoviert und bietet neben Sauna und Massageliegen auch einen Außenbereich, wo man frische Luft schnappen und sich nach seinem persönlichen Wellnessritual erholen kann.

Die stylische Aufmachung und das Sporthallen-Feeling im Plaza Sportsclub sorgen für eine angenehme, motivierende Atmosphäre – hier macht das Training einfach Spaß. Modernste Geräte, neueste Konzepte und die beste Ausstattung gepaart mit retro-Schick und liebevollen

Details machen den Plaza Sportsclub zu einem der schönsten Fitnessclubs in der Region. Hier klappt es auch mit den guten Vorsätzen! Weitere Informationen über den Plaza Sportsclub Leonberg gibt es unter 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 Les Mills wie Bodypump™ , GRIT™, Bodybalance™, CX-Worx™, Bodycombat™ sowie Tae Bo™, Zumba Fitness®, Schwinn Cycling und viele mehr. Weiterführende Informationen über den Plaza Sportsclub Leonberg gibt es unter www.plaza-sportsclub.de

Pressekontakt

Herr Lazo Tanakopoulos
Plaza Sports Club GmbH
Berliner Str. 49
71229 Leonberg
Telefon: 07152 / 92 75 55
info@plaza-sportsclub.de
www.plaza-sportsclub.de

Agenturkontakt

Herr Nikolai Tauscher
igroup Internetagentur
Ewald-Renz-Str. 1
76669 Bad Schönborn
Tel: 07253 9875 600
n.tauscher@i-group.de
www.i-group.de