



Genius Zirkelkonzept – *Gerätetraining gruppenspezifisch*



Genius Zirkelkonzept – *die Gruppenlösung*

Weit über die Hälfte der Bevölkerung ist sportlich nicht aktiv. Die maßgeblichen Gründe hierfür sind mangelnde Aufklärung und fehlende Anregungen. Das Angebot in Gruppen an einem individuell betreuten Gerätetraining teilzunehmen, findet dagegen im Markt der Nicht-Aktiven immer größeren Zuspruch.

Mit unserem Genius Zirkelkonzept wird dieses Interesse konsequent und für Ihr Gesundheitszentrum Gewinn bringend angesprochen. Denn mit diesem Konzept werden Ihnen Gruppentrainingsprofile mit Schwerpunkten wie Rücken, Frauen, Senioren und Fitness an die Hand gegeben. Die zielgruppenspezifischen Inhalte umfassen Gerätetraining, koordinative Übungen, Funktionsgymnastik, Dehnung, Entlastung und Ergonomieschulung.

Das sinnvolle Zusammenspiel dieser Bausteine wird von uns in Seminaren intensiv geschult, denn ein hoch qualifizierter Mitarbeiter ist das Aushängeschild Ihrer Praxis und Bestandteil unserer Gesamtlösung.





Genius Zirkel – *therapeutisch betreutes Training*

Die Genius Analyse- und Trainingsgeräte der Frei AG sind zugelassene Medizinprodukte, ausgestattet mit der neuartigen ERF-Technologie. Das klare Design, die kompakte Bauweise und der Gelenk schonende Widerstand ermöglichen ein professionell betreutes Training der unterschiedlichsten Zielgruppen. Das Genius Zirkelkonzept bietet Ihnen hierfür vier ausgearbeitete Kursprogramme inklusive Trainingsplänen, Schautafeln und Trainingsanleitungen.

Sieben Argumente für das Genius Zirkelkonzept:

- ☞ Trainingsflächenbedarf: nur 70-100 m²
- ☞ Personal: effizienter Einsatz durch terminiertes Gruppentraining
- ☞ Angebot: zielgruppenspezifische Zirkel, halbjährlich neue Stundenprofile
- ☞ Genius Kombinationsgeräte: Ganzkörpertraining in nur 45 Minuten
- ☞ Unterstützung bei der Planung und Umsetzung (Bedarfsanalyse, Potenzialbeurteilung, Raumplanung, Seminare)
- ☞ Marketingunterstützung für langfristige Kundengewinnung/-bindung
- ☞ Qualitätssicherung durch intensive Mitarbeiterschulungen

1.

Genius Rückenzirkel

Der Genius Rückenzirkel ist für sportgesunde Menschen geeignet, die ihren Rücken präventiv oder in der Phase der Beschwerdefreiheit trainieren möchten, denn

- ☛ das Gerätetraining erreicht alle drei Bewegungsebenen der Muskulatur, die die Wirbelsäule sichern
- ☛ eventuelle muskuläre Disbalancen sind aufgrund einer vorherigen Analyse der Kraftverhältnisse bekannt und können durch gezieltes Training korrigiert werden
- ☛ Über- und Fehlbelastungen sind so gut wie ausgeschlossen
- ☛ mit der Stabilisierung der Haltemuskulatur geht eine Haltungsverbesserung einher
- ☛ der gruppendedynamische Lernprozess motiviert und führt zur Änderung des Bewegungsverhaltens im Alltag

Der Genius Rückenzirkel kann zur Marktpositionierung Ihres Fachbetriebes erheblich beitragen und weitere therapeutische Angebote optimal einbinden.





2.

Genius Zirkel 50 plus

Der Genius Zirkel 50 plus ist für reifere Menschen geeignet, die ihr Leben aktiv und gesund gestalten möchten, denn

- ✔ körperliche Aktivität stoppt den Muskelabbau
- ✔ ein stabiles Muskelkorsett schützt den Körper vor Verschleißerscheinungen
- ✔ eine kräftige Muskulatur beugt altersbedingten Schmerzen und Leiden vor, schützt die Knochenstruktur bei Stürzen
- ✔ körperliche Aktivität fördert die geistige Fitness
- ✔ ein positives Körpergefühl hält jung und vital

Die Genius Analyse- und Trainingsgeräte sind einfach in der Bedienung und garantieren auch dieser Altersgruppe ein sicheres Training.

3.

Genius Fitnesszirkel

Der Genius Fitnesszirkel ist für alle geeignet, die sportliche Herausforderung suchen und ihre Leistungsfähigkeit verbessern möchten, denn

- ☛ der Fitnesszirkel ist ein motivierendes und dynamisches Kursprogramm mit hohem Aufforderungscharakter
- ☛ sein Fokus liegt auf der Verbesserung der Fitness, die u. a. am Kraftpotenzial der Muskulatur messbar ist
- ☛ er fördert das Figurtraining für Mann und Frau
- ☛ er dient dem allgemeinen Muskelaufbau
- ☛ Funktionsgymnastik und Dehnungen geben Hilfestellung für den gesunden Körpereinsatz bei anderen Sportarten

Bei dem Genius Fitnesszirkel kann jeder, egal auf welchem Leistungsniveau, einsteigen. Die Messbarkeit des Kraftpotenzials macht Erfolge und Fortschritte deutlich und motiviert für aufbauende Kursprogramme.





4.

Genius Frauenzirkel

Der Genius Frauenzirkel ist für sportgesunde Frauen geeignet, die Freude an der Bewegung und am Training in der Gruppe haben, denn

- ☛ die intelligente Kombination der Übungen nimmt frauenspezifische Problemzonen effektiv in Angriff
- ☛ die Figur wird mit geringem Zeitaufwand geformt und gestrafft
- ☛ es erfolgt eine gezielte Fettverbrennung und Gewichtsreduktion
- ☛ das Training unter Gleichgesinnten in vertrauensvoller Atmosphäre motiviert
- ☛ sowohl Einsteigerinnen als auch Fortgeschrittene können im Zirkel gemeinsam trainieren: unterschiedliche Trainingsoptionen bestimmen den individuellen Schwierigkeitsgrad

Der Genius Frauenzirkel ist speziell auf die Wünsche der Frauen zugeschnitten, die Gesundheits- und Ausdauertraining mit Figurfitness verbinden möchten.

*Gemeinsam planen wir Ihren **Geschäftserfolg***



Rufen Sie uns an, vereinbaren
Sie einen Termin oder
besuchen Sie unsere Seminare.

E + S GmbH · Friesenweg 2a · 22763 Hamburg
Geschäftsführung: Steffen Eichstaedt · Stephan Schüle

Telefon 040-89 06 16-3 · Telefax 040-89 06 16-49
www.gesund-es.de · info@gesund-es.de