

Göppinger begrüßen neue Alternative zum Training in anonymen Fitness-Studios - Erfolgreiche Eröffnung der Personal Training-Lounge am Schillerplatz

Göppingen, den 18. Januar 2011 – Zahlreiche Besucher aus Göppingen und Umgebung lockte die Eröffnung der ersten Personal Training-Lounge am vergangenen Samstag an. In den neuen Räumlichkeiten, die speziell für individuelles Gesundheits- und Fitnesstraining ausgelegt sind, begrüßte Sascha Meiers, Personal Trainer und Inhaber der Personal Training-Lounge, zusammen mit dem Degginger Künstler Martin Ramsauer und dem Playmate Mia Gray die Eröffnungsgäste mit einer Vernissage und Demonstrationen effizienter Fitnessübungen.

„Die Region Göppingen zeichnet sich durch eine hohe Dichte an Fitness-Studios aus, die mehr und mehr versuchen sich vor allem durch niedrige Monatsbeiträge gegenseitig auszustechen. In vielen Fällen leiden aber auch die Qualität der Leistungen und die Betreuung der Mitglieder durch diesen Preiskampf. Mit der Personal Training-Lounge bieten wir nun ganz bewusst eine Alternative zu den Fitness-Clubs, in denen häufig eine sehr anonyme Atmosphäre herrscht“, erklärt Diplom-Fitnesstrainer Sascha Meiers, der als zertifizierter Personal Fitnesscoach und Ernährungsberater seit mehrerer Jahren im Göppinger Umland aktiv ist. „Der große Zuspruch, den wir bei der Eröffnung am Samstag erfahren haben, zeigt uns aber, dass es viele Menschen in Göppingen und Umgebung gibt, die mehr Wert auf persönliche Betreuung und effizientes Fitness-Training legen als auf möglichst minimale Mitgliedsbeiträge. In der Personal Training-Lounge bieten wir ausschließlich individuelles Einzeltraining mit permanenter Betreuung. So können wir gewährleisten, dass es tatsächlich gelingt die Fitness zu steigern, das Gewicht zu reduzieren und die Fortschritte permanent zu erfassen und das Training jederzeit entsprechend anzupassen.“

Neben den modernen Trainingsgeräten und der exklusiven Gestaltung der Räume, zeigten sich die Besucher vor allem von der Küche der Personal Training-Lounge überrascht, die sich als wahrer Blickfang erwiesen hat. Hier haben die Kunden die Möglichkeit mit dem Ernährungsexperten zusammen zu kochen um alltagstaugliche Gerichte zuzubereiten, die den Trainingserfolg unterstützen.

Neben sportlichen und kulinarischen Eindrücken bot die Eröffnung der Personal Training-Lounge auch künstlerische Höhepunkte: Der Degginger Künstler Martin Ramsauer zeigte im Rahmen einer Vernissage eine Auswahl seiner aktuellen Werke. Der gebürtige Geislinger macht seit 20 Jahren durch kreative Vernissagen von sich Reden. Seine künstlerischen Schwerpunkte liegen vor allem in seiner Experimentierfreudigkeit mit allerlei Materialien durch die neben Kohle- und Bleistiftzeichnungen auch plastische Kunstwerke entstehen.

Aus Stuttgart besuchte das Playmate des Jahres 2009, Mia Grey, die Eröffnung der Personal Training-Lounge. Unter Anleitung von Sascha Meiers zeigte die Stuttgarterin einige effiziente Fitnessübungen, mit denen sie selbst in Form bleibt.

„Die Personal Training-Lounge ist die erste ihrer Art in Göppingen und wendet sich vor allem an Menschen, die mit den Ergebnissen der Trainings in einem herkömmlichen Fitness-Studio unzufrieden sind, oder die aus anderen Gründen eine individuelle Trainingssituation und persönliche Ernährungsberatung der Massenabfertigung in den großen Fitness-Clubs vorziehen“, berichtet Sascha Meiers. „Die zahlreichen Gespräche am Samstag haben gezeigt, dass viele Menschen vom Konzept des Personal Training zwar schon gehört haben, aber nicht wirklich viel davon wissen. Für viele war der Besuch der Personal Training-Lounge sehr hilfreich, um sich darüber zu informieren, wie sie ihre Fitness- und Gesundheitsziele in einer sehr persönlichen Umgebung unter fachmännischer Anleitung tatsächlich erreichen und dauerhaft sichern können.“

ENDE

Über Sascha Meiers und die Personal Training-Lounge:

Seit über sechs Jahren ist Sascha Meiers als professioneller Fitnesstrainer und Ernährungsberater aktiv. Der gebürtige Nürtinger hat in dieser Zeit diverse Qualifikationen im Fitness- und Gesundheitsbereich erworben, darunter die Titel wie den des Diplom-Fitnesstrainer, zertifizierter Personal Fitnesstrainer und Food Coach (Deutsche Trainer Akademie). Zudem ist Sascha Meiers Mitglied im Bundesverband Deutscher Personal Trainer e.V. und hat zahlreiche Fortbildungen in den Bereichen Ernährung, Trainingstherapie und Zirkeltraining erfolgreich abgeschlossen.

Die Personal Training-Lounge am Schillerplatz ist die erste ihrer Art in der Region Göppingen. Auf rund 170 Quadratmetern finden hier alle Trainingseinheiten ausschließlich unter permanenter persönlicher Betreuung statt. Im Mittelpunkt steht dabei dauerhaftes Gewichtsmanagement und eine zielgerichtete Steigerung der Fitness durch kurze und intensive Trainingseinheiten, die unter Anleitung eines geschulten Trainers stattfinden, der jede Übung überwacht, motiviert und die Trainingsfortschritte dokumentiert. Neben dem Training an modernen Geräten wie Vibrationsplatten umfasst das Angebot der Personal Training Lounge auch EMS-Ganzkörpertraining, Ernährungsanalysen sowie sogar praktische Kochtipps vom Ernährungsexperten Sascha Meiers.

Pressekontakt:

Personal Training-Lounge
Sascha Meiers
Grabenstraße 51
73033 Göppingen
E-Mail: info@privat-fitnesscoach.de
Mobil: 0177-4145413
www.privat-fitnesscoach.de