

Einfach. Wohlfühlen.

Wohlfühloase mit regem Zulauf

„Health- und Wellnessclub“ **HYGIA** bietet Training und Entspannung auf höchstem Niveau.

Seit dem 01.11.2009 heißt der Health- und Wellnessclub am Mittelweg 7 in den Panther-Werken **HYGIA**.

Und schon in dieser kurzen Zeit hat der Club die Messlatte für Fitness-Studios in Braunschweig um einiges höher gelegt.

Während technischer Fortschritt die Menschen auf der einen Seite fortwährend bequemer zu machen scheint, zeichnet sich auf dem Fitness- Markt seit Jahren ein gegenläufiger Trend ab:

Immer mehr Menschen wird die immense Bedeutung körperlicher Betätigung für einen gesunden und gestärkten Körper bewusst. Ausdauersportarten wie Laufen, Schwimmen, Radfahren oder Nordic-Walking stehen seit Jahren hoch Kurs. Aber auch das Krafttraining hat wieder an Bedeutung gewonnen. **HYGIA** bietet mit seinem in Braunschweig einzigartigen Angebot all das unter einem Dach!

Dabei werden die großflächigen Geräte-Bereiche für das Ergo- und Krafttraining ständig um innovative Geräte und Trainingskonzepte ergänzt. Das neuartige TRX-System, das gelenkschonendes Training, nur mit dem eigenen Körpergewicht und unter Berücksichtigung natürlicher Bewegungsabläufe an speziellen Seilzügen ermöglicht, wurde in den ersten 3 Monaten so gut angenommen, dass es bereits erweitert wurde.

Darüber hinaus wurde mit Miha-BodyTec eine weitere sportliche Innovation fest integriert. Bei diesem Training werden die Muskeln durch Reizstrom stimuliert, wobei das Krafttraining, der Stoffwechsel und die Regeneration gefördert werden. Ein absolutes Highlight stellt außerdem das hauseigene Schwimmbecken dar, das neben dem Gerätetraining jederzeit genutzt werden kann. Diese Vielfalt hat in der kurzen Zeit des Bestehens für einen regelrechten Ansturm gesorgt. „Vor allem unser Tag der offenen Tür am 24. Januar war ein voller Erfolg“, sagt Geschäftsführer Christian Haertle nicht ohne Stolz. Und Kompagnon Ste-

fan Geburzky ergänzt: „So viele neue Mitglieder hat es in einem Januar seit Bestehen des Clubs (2001) überhaupt noch nie gegeben.“

Nochmals erweitert wurde auch das mittlerweile über 80 In- und Outdoor-Veranstaltungen umfassende Kursangebot, geleitet von Diplom-Sportlehrern, Sport- und Gymnastiklehrerinnen, Physiotherapeuten und Fitness-Ökonomen. Ganz neu im Programm ist mit „Body-Combat“ von Les Mills ein Kickbox-Aerobic-Kurs, dessen Trainer bereits Weltmeister im Kickboxen war. Um Eltern ein regelmäßiges Work-Out zu ermöglichen, wurde bei **HYGIA** die kostenlose Kinderbetreuung exakt mit dem Kursangebot abgestimmt.

Abgerundet wird das Angebot des **HYGIA** durch die Zusammenarbeit mit der angegliederten physiotherapeutischen Praxis sowie dem einladenden Bistrobereich.

Wer sich das Gesamtpaket einmal anschauen möchte, vereinbart einen Beratungstermin unter 0531/8666600 oder schaut direkt rein.

Jeder Tag im **HYGIA** ist wie ein Kurzurlaub.



HYGIA-Geschäftsführer
Christian Haertle und Stefan Geburzky