- Anzeige -

Mitmachen und gewinnen!

Vom 18. bis 24. September feiert Xtrasport den 5. Geburtstag mit einer großen Verlosung. Teilnahmescheine gibt es im Studio. Zu gewinnen gibt es wertvolle Preise rund um Gesundheit und Fitness im Wert von insgesamt 2.000 Euro, unter anderem

- eine kostenlose Mitgliedschaft für sechs Monate
- ein Myline Intense Coaching-Programm über acht Wochen
- fünf Mal Personal Training (zwei Einheiten)
- fünf Mal vier Wochen Gratistraining am Milon-Zirkel mit persönlicher Einführung
- 10 Körperanalysen mit Fitnesstest

...und noch vieles mehr

Das Team von Xtrasport Büren besteht aus qualifizierten und hochmotivierten Trainern und Übungsleitern. Für ihre Kunden erstellen sie individuelle Trainingspläne, stehen als Coach zur Seite und leiten die Kurse mit viel Begeisterung und kreativen Ideen.

AM FINANZBERATUNG
Allfinanz Deutsche Vermögensberatung
Repräsentant: Markus Aslan
Standorte: Paderborn & Schloß Holte-Stukenbrock

Mit neuem Konzept Figur verbessern & Gesundheit stärken

Zum 5. Geburtstag startet Xtrasport Büren mit einem innovativen Ernährungs- und Stoffwechselprogramm

Als das Studio Xtrasport in Büren eröffnete, gab das für viele Menschen aus dem Bürener Land einen Kick, lang gehegte Vorsätze in die Tat umzusetzen und endlich regelmäßig sportlich aktiv zu sein. Mit dem neuen Studio gab es die Möglichkeit, unter qualifizierter Anleitung Kurse zu besuchen und an hochmodernen Geräten Muskulatur zu stärken und die Ausdauer zu trainieren.

Inzwischen feiert das Fitnessstudio über dem Toom-Baumarkt an der Werkstraße 24 bereits seinen 5. Geburtstag. Ein guter Grund, das umfangreiche Fitness- und Gesundheitspaket weiter aufzustocken: Passend zum kleinen Jubiläum, präsentiert Xtrasport das innovative Ernährungs- und Stoffwechselkonzept myintense+.

Zuschuss bis zu 100 % von der Krankenkasse

Damit ergänzt das Studio sein Portfolio um ein Programm, das nicht nur die Möglichkeit effektiven und nachhaltigen Gewichtsverlustes bietet, sondern auch ein neues Verständnis für Ernährung und Bewegung im Alltag vermitteln will. myintense+ wurde nach den Richtlinien der renommierten Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) entwickelt und wird von den Krankenkassen bis zu hundert Prozent bezuschusst.

myintense+ setzt auf neueste Ernährungs- und Verhaltensforschung. „Unsere Teilnehmer lernen, wie mentale Fitness, richtiger Einkauf, Identifizierung von Fett- und Zuckerquellen und die Anpassung ihrer Lieblingsrezepte zu leichteren Varianten im Zusammenhang stehen mit bewusstem und genussvollem Essen“, erklärt Studioleiterin Yelda Adam.

Wöchentlich erhalten die Teilnehmer persönliche Wiege- und Coaching-Termine im Xtrasport. „Abnehmen bedeutet nicht nur eine körperliche Veränderung, sondern ist auch eine emotionale Reise, bei der wir die Teilnehmer gerne begleiten,“ so Yelda Adam. Darüber hinaus spiele auch regelmäßiges Kraft- und Ausdauertraining eine Schlüsselrolle für den langfristigen Abnehmerfolg.

Zirkeltraining als optimale Ergänzung

Um dieses Ziel zu erreichen und dauerhaft zu sichern, gibt es bei Xtrasport auf 1.600 Quadratmetern hochmoderne Kraft- und Ausdauer-Geräte, einen Freihantel- und einen Ausdauer-Bereich, einen separaten Frauenbereich und eine Lounge zum Relaxen mit Protein-Shakes und Snacks. Ein qualifiziertes und dynamisches Trainerteam betreut die Mitglieder in einem umfangreichen Kursprogramm, darunter auch Rehasport.

Einer dieser Kurse ist besonders abgestimmt auf das neue Ernährungskonzept und richtet sich an alle Altersgruppen. „Dieses Kursprogramm in unserem hochmodernen Milon-Zirkel ist die optimale Ergänzung zum Ernährungs- und Figur-Coaching und erfolgt unter der professionellen Anleitung unserer Trainer“, so Yelda Adam.

Sie und ihr Team beobachten seit einiger Zeit ein wachsendes Bewusstsein für die Bedeutung von Kraft-Ausdauer-Training und gesunder Ernährung für die langfristige Gesundheit. „Es ist erfreulich zu sehen, wie immer mehr Menschen erkennen, wie wichtig Krafttraining und körperliche Aktivität sind“, sagt Yelda Adam. Eine gestärkte Muskulatur verbessere die Körperhaltung und könne dazu beitragen, Krankheiten wie Gelenkverschleiß, Osteoporose oder Rückenschmerzen vorzubeugen. Außerdem stimuliere Krafttraining die Herz-Kreislauf Funktion und den Stoffwechsel des Körpers. Ihr Fazit: Mit individuell dosiertem Sport und typgerechter Ernährung kann man viel für seine Gesundheit und das Wohlbefinden erreichen – und zwar in jedem Alter.

Studioleiterin Yelda Adam und ihr Stellvertreter Heinrich Reimer sind vom neuen Ernährungsprogramm myintense+ überzeugt.

Jetzt einen Termin vereinbaren!

Terminvereinbarung für eine unverbindliche Beratung unter

Tel. 0 29 51-938 19 15
oder per E-Mail an

info@xtrasport-bueren.de

Infos im Netz unter
www.xtrasport-bueren.de

ELEKTRO MEIER
Installation · Kundendienst · Hausgeräte
Burgstraße 39 · 33142 Büren
Tel. 02951-1736
Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit!
MEISTERBETRIEB

Die INREMA GmbH gratuliert!
5 Jahre XTRASPORT in Büren.
Wir freuen uns auf viele weitere Jahre guter Zusammenarbeit!
INREMA Webdesign wie es sein soll.

Andreas SECK GmbH
Sanitär- u. Heizungstechnik
Wir gratulieren und wünschen weiterhin viel Erfolg!!
Qualität aus Meisterhand
Haarener Str. 2 33142 Büren Tel. 0 29 51 / 22 84 www.seck-bueren.de

SIMON BAVINCK
driver REIFEN UND KFZ-TECHNIK
Ihr DRIVER Center
SIMON BAVINCK GMBH
Alles Gute zum Firmenjubiläum!
Fürstenberger Str. 17
33142 Büren
Telefon: +49 (0)2951 2206
E-Mail: info@simon-bavinck.de
www.simon-bavinck.de

Wir bedanken uns für die gute Zusammenarbeit und wünschen weiterhin viel Erfolg!
LÜKE
ELEKTRO | TECHNIK | SOLAR
Stärken, die verbinden.
Tradition & Hightech.
Erfahrung & Innovation.
Miele Premium Partner
- Elektroinstallationen für Haus / Gewerbe / Industrie
- Geräte- und Anlagenprüfung (DGUV V3)
- Telekommunikation / Netzwerktechnik
- Brandmeldeanlagen / Alarmanlagen
- Photovoltaikanlagen / Speicher
- Videoüberwachung
- Smart Home Lösungen
- E-Mobilität
- Elektrofachmarkt mit bis zu 3.000 Artikeln
- Kundendienst für alle Haushaltsmarken
euronics
24-Stunden-Kundendienst
02951 2421
Werkstraße 7 | 33142 Büren
info@lueke-gmbh.de
www.lueke-gmbh.de

radhaus BÜREN
be.BIKE
WERKSTATT
ERLEBNISWELT
Radhaus Büren · Fürstenberger Str. 22 · 33142 Büren · www.radhaus-bueren.de