

## **STARTE JETZT MIT MEHR PRIVATSPHÄRE**

Fitness ist mehr als Sport, es bedeutet #starkgesundglücklich zu sein:

Energie - Tatkraft- Leistungsvermögen - Gesundheit - Dynamik - Ausdauer - Zufriedenheit

AH! Premium Club ist mehr als ein Raum voller Fitnessgeräte - es ist eine exklusive Location, die du wöchentlich von Montag bis Freitag (i.d.R. 18:00-22:00 sowie Samstag und Sonntag von 9:00-20:00 Uhr mit exklusiven Timeslots buchen kannst.

Von Kraft-, Ausdauer- und Herzkreislauftraining, bis hin zu individuellen Trainings- und Ernährungsplänen, alles maßgeschneidert. Die Location wurde speziell dafür geschaffen, dir die allerbesten Trainingsgeräte, die es zum heutigen Zeitpunkt weltweit gibt, zur Verfügung zu stellen.

Hier kannst du auf höchstem Niveau trainieren - Inklusive mehr Freiraum, Eben immer genau das Richtige, egal ob Du Einsteiger, Hobby- oder Leistungssportler bist.

## **DAS ERWARTET DICH IM AH Premium CLUB**

### **Bestes Equipment**

Dir steht modernstes und hoch effektives und Maßgeschneidertes Krafttrainings-Equipment zur Verfügung, exakt nach Anita Heß's Anforderungen. Jedes Gerät wurde spezifisch ausgewählt, um sicherzustellen, dass es keine Lücken in deiner Trainingsroutine gibt.

### **Hohe Effektivität**

Der AH! Premium Club bietet dir jedes Widerstand-Trainingsgerät, welches du benötigst, um deine Ziele zu erreichen und genau so wichtig, es gibt keine Geräte, welche dich entweder mit schlechten Übungen ablenken oder noch schlimmer, zu Verletzungen führen könnten.

## Sound-System

Digitales Audio-System mit kristallklaren Surround-Lautsprechern im gesamten Trainingsbereich. Als AH! Premium CLUB Mitglied hast du die Möglichkeit, deine eigene Musik vom iPad oder iPhone via WLAN zu streamen.

## Members Lounge

Massgeschneiderte Members-Lounge-Suite, zum chillen und verweilen. Egal ob Tee oder Wasser - Du bekommst hier genau das, wonach Dir gerade ist

- Pre- und Postworkout Shakes

Du brauchst Nährstoffe nach dem Training? Meine selbst getesteten und für gut befundenen Shakes stehen für dich zur Verfügung. Die Preisliste findest Du im Kühlschrank.

- Proteinriegel

Die Zeit war heute mal wieder zu knapp fürs Essen? Kein Thema, greif zu! Pro Riegel lass mir bitte 2,50 € da.

## WLAN für Alle

Kabellose Highspeed Internetverbindung (WLAN) in allen Räumlichkeiten des Anita Heß Premium Clubs.

## Hygiene- und Sicherheitskonzept

Hygiene & Sauberkeit hat mit Vertrauen zu tun und sind für mich unverzichtbar. Bitte hilf mit und beachte folgende Regeln.

### Mein Konzept für Dich:

- Desinfektion aller Flächen nach Gebrauch. Bitte nutze ein Handtuch, damit kein Schweiß auf die Geräte oder den Boden tropft.
- Den Trainingsraum bitte **NUR** mit separaten Sportschuhen betreten.
- Bitte nach Verlassen der Räumlichkeiten alle Stromquellen und das Licht in allen Räumen ausschalten
- Bitte vergewissere Dich, dass alle Fenster im Club geschlossen, die Tore runtergefahren und der Club beim verlassen abgeschlossen ist.

Die Überlassung meines Clubs basiert auf absoluter Vertrauensbasis. Das gilt für die Nutzung aller Räume, sowie für die Nutzung der Verpflegungsmöglichkeiten. Zuwiderhandlungen haben sofortigen Ausschluss von der Nutzung zur Folge.

Ich habe die Regeln zur Kenntnis genommen und bin einverstanden.

---

Datum, Name, Vorname

Anschrift

## Zur Buchung:

Du kannst immer eine Person mitbringen. 60 Minuten = 10 EUR.  
Pro weiterer Person kommen 6 EUR dazu.

## Für die Terminbuchung:

Um mögliche Termine für Deinen privaten Besuch im Club zu sehen, wähle unten im Kalender dein Zeitfenster gezielt aus.

<https://calendly.com/anitahess/private>

Wir rechnen am Monatsende die Raumbuchung direkt ab.

## Zugang zum Club:

Für den Zugang zum Club lade dir die App "AirKey" herunter und registriere dich. Ich benötige dann eine Info, wenn Du angemeldet bist, damit ich dir den Zugang geben kann.

Dann kannst du direkt loslegen.

Bei Fragen melde dich gerne jederzeit.

🚣 Ahoi

Anita