

KÖRPERLICHES TRAINING

ERREICHE DEINE GESUNDHEITS- UND FITNESS-ZIELE



Du möchtest Dich verändern und bist auf der Suche nach einem besonderen Kraftort für Dein körperliches Training? Unsere Trainingsräume stehen Dir täglich für Dein Training ohne Vertragsbindung zur Verfügung:

Montag und Mittwoch: 07:00–21:00 Uhr

Dienstag und Donnerstag: 15:00–21:00 Uhr

Freitag: 07:00–19:00 Uhr

Samstag: 10:00–16:00 Uhr

Sonntag: 10:00–14:00 Uhr

Lass Dich von unserem Team durch Trainingspläne, Zielgespräche und regelmäßige Personal Trainings begleiten und nimm gern an unseren Gruppentrainings teil (diese sind im Tarif inklusive). Deine Ziele werden unsere und wir richten uns darauf ein, dass Du Dich so veränderst, wie Du es Dir wünschst. Personal Trainings kannst Du auch als Multi-PT mit bis zu vier Personen buchen und gemeinsam mit Freunden trainieren.

Auch eine physiotherapeutische Begleitung ist möglich, solltest Du Schmerzen haben. Sprich uns einfach an, dann bekommst Du einen solchen Trainingstermin.

Wir freuen uns, wenn Du gerne zu uns kommst und eine richtig gute Zeit hast, Dich körperlich und mental immer besser fühlst und über Dich hinauswächst.

ZIELGRUPPE

Jede*r mit sportlichen Ambitionen, Freude an der Bewegung und Lust auf individuell abgestimmtes, forderndes, intensives Training. Auch ein therapeutisches oder rehabilitierendes Training ist möglich.

VORAUSSETZUNGEN

Wir starten mit einem Beratungsgespräch, dann folgt unser Mind-Body-Scan bei Dirk, der Dir zeigt, wie Deine aktuelle körperliche und mentale Verfassung ist. Im Anschluss stellen wir Dir Deinen persönlichen Trainings- und Regenerationsplan zusammen und das Trainerteam übernimmt.

TERMINE & PREISE

Individuelle **Trainingstermine** buchst Du Dir komfortabel auf zinckernagel.de/termine. Unsere aktuellen **Preise** findest Du stets transparent auf zinckernagel.de/preise. Wenn Du in der Gruppe trainieren möchtest, findest Du unseren aktuellen **Kursplan** findest Du auf unserer Website und an unserer Tafel im Studio.

Bitte vereinbare auf www.zinckernagel.de/kontakt einen **Beratungstermin** bzw. einen **Mind-Body-Scan**, wenn Du mit uns losgehen möchtest.

Folge uns auf facebook @teamzinckernagel und Instagram @zinckernagel_lifechanging, um neue Termine oder besondere Veranstaltungen nicht mehr zu verpassen.



zinckernagel LIFE CHANGING TRAINING

zinckernagel gmbh & co. kg
Borngasse 16-18, 55234 Flomborn
welcome@zinckernagel.de
06735 9402441

Montag, Mittwoch	07:00 – 21:00 Uhr
Dienstag, Donnerstag	15:00 – 21:00 Uhr
Freitag	07:00 – 19:00 Uhr
Samstag	10:00 – 16:00 Uhr
Sonntag	10:00 – 14:00 Uhr

Alle Bilder sind während unserer Trainings, Veranstaltungen, Workshops, Bergcamps und Mikroabenteuer entstanden. Nachhaltig und klimaneutral mit Bio-Farben auf 100% Recyclingpapier gedruckt, zertifiziert mit dem Blauen Engel.