



ACTIFIT FITNESS WOMEN ONLY

DAS FITNESSCENTER FÜR DIE MODERNE FRAU

WIR ALLE BENÖTIGEN KRAFT, BEWEGLICHKEIT, AUSDAUER UND KOORDINATION, UM IM ALLTAG ZU BESTEHEN. JE BESSER DIESE VIER KOMPONENTEN INEINANDERSPIELEN, DESTO WOHLER UND GESÜNDER FÜHLT SICH DER MENSCH. UND GENAU DESHALB IST JEDE STUNDE, DIE INS FITNESSTRAINING INVESTIERT WIRD, QUASI EINE EINZAHLUNG AUF SEIN PERSÖNLICHES GESUNDHEITSKONTO.

VON RENÉ BUCHER

Entscheidend zum Erfolg des regelmässigen Fitness- und Gesundheitstrainings tragen die individuelle Betreuung, die Räumlichkeiten, die Trainingsgeräte und auch sehr wichtig, die angenehme und, ungezwungene Atmosphäre eines Fitnesscenters bei.

Deshalb wird von vielen Frauen jeden Alters und jeden Fitnesslevels das Actifit Fitness women only sehr geschätzt, weil hier speziell auf die Bedürfnisse der Frau eingegangen wird. Das Spektrum der Kurse mit Top-Instruktorinnen reicht von Pilates, Poweryoga, Bauch-Beine-Po bis Fatburner. Der Kursplan ist online unter www.actifit.ch zu finden. Bei Actifit Fitness women only werden ausserdem modernste und sehr einfach zu bedienende Trainingsgeräte eingesetzt, welche den persönlichen Trainingsplan anzeigen können und so individuell auf jeden Kunden zugeschnitten sind. Mit gezielten Übungen kann dadurch die positive Wirkung des Fitnessprogramms erlebt werden.

Im August 2017 durfte das actifit die komplett neu gebauten Räumlichkeiten beziehen. Zusammen mit der Architektur Rolf Stalder konnte dieses Projekt verwirklicht werden, sodass ein wirklich ein-

zigartiges modernes, funktionelles und trotzdem sich warm anführendes Fitness- und Gesundheits-Center entstanden ist. Das Fitnesscenter ist gut erreichbar und zentral gelegen. Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln am besten die Tramlinie Nr. 2 bis zur Haltestelle Kirschgarten nehmen, vom Bahnhof SBB zu Fuss etwa zwei Minuten oder über die umliegenden Parkhäuser mit dem Auto.

Interessiert? Dann schauen Sie doch einfach einmal vorbei und machen sich selber ein Bild vom umfangreichen Angebot oder vereinbaren einen Termin für ein unverbindliches Probetraining.

:: ACTIFIT FITNESS WOMEN ONLY

Elisabethenstrasse 44 (vormals Rümelinbachweg 4)
CH-4051 Basel
Telefon +41 (0)61 281 22 22
info@actifit.ch

:: WWW.ACTIFIT.CH ::