

Trainieren Sie Koordination, Kraft,
Ausdauer und Explosivität in 20 Minuten
auf einem Gerät.



LE GRAND BELLEVUE

GSTAAD

- **Effizient und zeitsparend:** Ganzkörpertraining mit maximaler Muskelaktivität
- **Individuell und zielorientiert:** Trainingsprogramme für den Bereich Spitzensport, Breiten- und Hobbysport, Fitness- und Gesundheitssport, Rehabilitation u.a.
- **Interaktives Videotraining:** «Your Coordination Coach» ist ihr Personal Trainer, der anhand einer grossen Vielfalt von Trainingsvideos ihre Trainingserfolge und –motivation garantiert.

Coordination-, Strength-, Cardio- and Rehabilitation Workout on 3m²



LE GRAND BELLEVUE

GSTAAD

- **Efficient and timesaving:** full-body workout with maximum muscle activation
- **Individual and goal-oriented:** workout plans for top-class sports, amateur- and popular sports, fitness and exercise and rehabilitation
- **Interactive video-based workout:** «Your Coordination Coach» is your personal trainer and guarantees success and motivation through a wide range of different workout videos.