

Personal Functional Training® in Deinem Urlaub

EINZELSTUNDE	55 Minuten	89,-
BRONZE PAKET	3 x 55 Minuten	259,-
SILBER PAKET	5 x 55 Minuten	419,-
GOLD PAKET	7 x 55 Minuten	569,-
TRAINING MIT MASTERTRAINER	55 Minuten	119,-
COACHING MIT CHRIS BELL	90 Minuten	249,-
HORMONTYPANALYSE / HAUTFALTENMESSUNG	45 Minuten	119,-
FITNESS-CHECK		119,-
Laktat-Fettstoffwechsel-Analyse zur Gewichtsreduktion und Ausdauersteigerung		
SHENTI® 360° COACHING		490,-
3xPT + 120 Minuten Premium Screening inkl. Schmerzfreiübungen und Trainingsplan für zu Hause		
TIPP!	SHENTI-ONLINETRAINING FÜR UNTERNEHMEN / FITMIT5®	(a. A.)
TIPP!	CORPORATE HEALTH SPEAKER® FÜR DEIN FIRMENEVENT	(a. A.)

„Bereits meine erste SHENTI-Trainingseinheit hat mich komplett begeistert! Nach drei Trainings war ich schmerzfrei und erlebte ein völlig neues Körpergefühl!“

Prof. Dr. Helmut Pütz
(Präsident des Bundesinstituts für Berufsbildung a.D.,
Senator der Hochschule Bremen e.h.)



SHENTI SPORTS

Personal Training



Von Deutschlands führenden Fitnessexperten entwickelt.

Wir sind für Dich da.

Reserviere Dir Deine Termine per E-Mail termin@shenti-holiday.de oder nutze unsere Terminvergabe täglich von 12.00-12.30 im Gym.



Das internationale Erfolgskonzept für Dein persönliches Trainingsziel



www.shenti-holiday.de

www.shenti-holiday.de

Du möchtest ...

- Muskeln aufbauen
- Dich schmerzfrei bewegen
- Fett abbauen
- Verspannungen lösen
- Deine Lebensqualität steigern



... dann ist unser individuelles Fitnessangebot
Deine optimale Lösung!

Die Kombination aus Training und Therapie macht unsere Arbeitsweise so einzigartig und erfolgreich. Statt Muskelarbeit an Maschinen bieten wir ganzheitliches Fitnesstraining mit funktionellem Schwerpunkt.

Bereits nach der ersten Einheit wirst Du eine deutliche Verbesserung der Stoffwechselaktivität, der Körperwahrnehmung und des allgemeinen Wohlbefindens spüren.

Dein SHENTI-Coach wird das Training exakt auf Dein Ziel abstimmen und so strukturieren, dass Du Dein Fitnesstraining auch zu Hause mit höchster Effizienz weiterführen kannst.

www.shenti-holiday.de

Wir bieten Lösungen, keine Versprechen!



- Individuelle Betreuung durch hoch qualifizierte Personal Trainer
- Eigenes lizenziertes Trainings- und Ausbildungskonzept (Personal Functional Training®)
- Laktat-Stoffwechselanalysen
- Yoga und Anti-Stress-Coaching
- Alltagsfreundliche, maßgeschneiderte Trainingspläne für zu Hause mit und ohne Geräte
- Ganzheitliche Fitness mit Spaß und Motivation
- **Highlight: Browser-App - FITMIT5® - Die Revolution in der Betrieblichen Gesundheitsförderung (www.fitmit5.de)**
- **Wir sind Dein Gesundheitsdienstleister und richten uns ganz nach Deinen Wünschen!**

bekannt aus:



SAT.1



MEN'S FITNESS SHAPE