



TAG DER OFFENEN TÜR AM 15. MAI

VON 11 - 22 UHR

INKL. GEWINNSPIEL:
3 MONATE FOR FREE
IM ELEMENTS

Fitness meets Wellness

Lernen Sie kostenfrei Ihre neue Fitness- und Wellness-oase kennen.

Testen Sie nach Herzenslust unsere Trainingsangebote und genießen wohltuende Entspannung in exklusivem Ambiente - alles außer gewöhnlich!

- **Aktionsangebot:**
Werden Sie jetzt Mitglied und profitieren Sie von unseren exklusiven Vorzugsangeboten. Wir beraten Sie gern.

Alle Infos zum
Tag der offenen Tür:



Wir freuen uns auf Sie!

ELEMENTS

FITNESS UND WELLNESS

ELEMENTS Siemensallee

Tel: 089 30 90 67 54 50 • Baierbrunner Straße 85 • München

EINLADUNG ZUM TAG DER OFFENEN TÜR

MITTWOCH, 15.05.2024, VON 11:00 – 22:00 UHR

Ganz egal ob Muskelaufbau, Body-Forming, gesundheitliches Aufbau- oder Präventionstraining, bei ELEMENTS findet jeder Gast das optimale Workout. Unsere Wellness-oase auf Premium-Niveau bietet Entspannung pur mit verschiedenen Saunen, Erlebnisduschen, Dampfbad sowie Pools. Überzeugen Sie sich!

UNSER PROGRAMM FÜR SIE:

- BEGRÜSSUNG mit Welcome Drinks, Snacks, Studiorundgang
- INBODY - der digitale Body Check
12:00 - 13:00 Uhr
- CHALLENGES
11:00 Uhr Ski ergo 500 Meter
16:00 Uhr Wall Ball Challenge
- VORTRÄGE Dauer jeweils ca 30 Min.
13:00 Uhr Richtiges Training vor und nach der Schwangerschaft
14:00 Uhr Resilienz und das Energiefass
17:45 Uhr Wieviel muss ich trainieren, um mein Ziel zu erreichen?

EXKLUSIVES TAG DER OFFENEN TÜR GEWINNSPIEL:

Gewinnen Sie mit etwas Glück 3 Monate kostenfrei im ELEMENTS. Scannen Sie dafür den untenstehenden QR-Code:



ELEMENTS

FITNESS UND WELLNESS

www.elements.com