

FIT IN'S FRÜHJAHR
POWERED BY:
FAST RESULT
E.M.S. POWER + KARDIO

Schnelle Resultate

Wer kennt das nicht? Das genüssliche Weihnachtsschmausen führt spätestens beim Gang auf die Waage zu Gewissenbissen – und mehr oder weniger langlebigen guten Vorsätzen. Mehr Sport, jawoll! Leider halten diese dann oft nicht ganz so lange. Manchmal, weil die Zeit zu knapp ist, manchmal, weil sichtbare Ergebnisse auf sich warten lassen. Abhilfe verspricht hier das Studio »FastResult« am Dahlweg in Münster.

»**F**astResult« – schnelles Resultat. Und das bei einem 20-minütigen Training nur einmal in der Woche? Funktioniert das wirklich? Das werden wir in den nächsten Monaten im Rahmen einer kleinen Fitness-Serie selbst mal testen. Aber vorher eine kurze Erklärung, worum es dabei überhaupt geht.

Das Geheimnis ist dabei die Elektro-Muskel-Stimulation (EMS), ein Konzept das ursprünglich aus der Physiotherapie stammt. Dabei werden die natürlichen Muskelreize verstärkt. In nur 20 Minuten findet ein hocheffizientes Training statt. Geschäftsführer Dominik Kösters: »Der einzelne Muskel wird schneller, intensiver und öfter aktiviert als bei herkömmlichen Trainings. In unserer Trainingszeit sind so Verbesserungen möglich, die sonst in 60 Minuten kaum erreicht werden können.«

Was viele Kunden schätzten, das sei die angenehme Atmosphäre. »Wir betreuen die Kunden mit persönlichen Trainern. Denn Motivation hat immer auch etwas mit Wohlfühlen zu tun. Jeder steht mit seinen individuellen Wünschen und Möglichkeiten im Mittelpunkt. Deshalb ist die Kundschaft auch breit gefächert – ältere Kunden, die fit bleiben möchten, Menschen mit chronischen Rückenschmerzen, aber auch z.B. Mütter mit Beckenbodenschwächung. »Wir wollen

gemeinsam die Ziele des Kunden erreichen. Ein Jeder ist unser persönlicher Gast.«

Studien belegten, dass bereits nach sechs bis acht Wochen deutliche Erfolge spürbar würden. »Das können wir aus eigener Erfahrung und aus den Erfolgen unserer Kunden nur unterschreiben. Wir sind deshalb sehr überzeugt von unserem Konzept«, da ist sich das Team von *FastResult* völlig einig. Nun, wir werden das bis Mai einfach mal testen und sind ehrlich gesagt ziemlich gespannt. Wer es vorher schon versuchen möchte, der sollte den Gutschein für *MÜNSTER!*-Leser nutzen... **MI!**

www.fastresult.de

Gutschein

Jeder **MÜNSTER!**-Leser erhält mit diesem Gutschein ein kostenloses Personal Training inklusive Körperanalyse & Beratung.

FAST RESULT
E.M.S. POWER + KARDIO

Dahlweg 120a, 48153 Münster