



## Betreut und individuell zum Erfolg – mit Personaltraining

Du möchtest etwas verändern?  
Du möchtest Beratung, Betreuung und Kontrolle?  
Dein Gewicht oder Deine gesundheitlichen Werte sind zu hoch?  
Knie, Hüfte, Rücken oder Schultern schmerzen?

Im Personaltraining steht Dir der Fitnessraum, Cardiogeräte, die Power Plate  
und **ganz neu unser Sensopro** zur Verfügung.

Das Training wird laufend angepasst damit Du gefordert bist!

Im 10 er Abo sind jeweils die ersten 30 Min. Personaltraining inklusiv.  
Danach kannst Du die Ausdauergeräte oder den Fitnessraum noch für Dich nutzen.

Kosten: 10 er Abo mit PersonaltrainerIn, Fr. 390.00  
(gültig 3 Monate)

Jahresabo Fitness inkl. Sensopro, Fr. 780.00  
In Eigenverantwortung unbetreut und 24/7  
Halbjahres Fitness inkl. Sensopro, Fr. 480.00  
In Eigenverantwortung unbetreut und 24/7

Melde Dich für ein kostenloses Erstgespräch.



Brigitte Schick,  
Fitnessinstructorin FA, Group Fitness Instructorin, ausgebildet in autogenem Training,  
Hypnose, Schmerztherapie und verschiedenen Massagetechniken

**Sport und Fit Center, Höweg 17, 3800 Interlaken**  
**079 722 68 68 / b.schick@sportundfit.ch / www.sportundfit.ch**