

PRESSEINFORMATION

Funktionelles Fitnessstraining in Schleswig-Holstein: Wiedereröffnung von Mrs.Sporty Boutique- Fitness-Clubs für Frauen

Schleswig-Holstein, 18.05.2020 – Es ist soweit: Fitnessstudios in Schleswig-Holstein dürfen ab dem 18. Mai 2020 ihre Türen wieder öffnen. Dazu zählen auch Mrs.Sporty Boutique-Fitness-Clubs, die für Frauenfitness bekannt sind. Spezialisiert sind die rund 200 Quadratmeter großen Studios auf funktionelles Training mit dem eigenen Körpergewicht – also das ganze Gegenteil von Gewichte stemmen. In Schleswig-Holstein wird das Trainings- und Ernährungskonzept für Frauen in neun Städten angeboten, unter anderem in Kiel, Elmshorn, Pinneberg und Flensburg. Mit der Kombination aus funktionellem Training und dem Einsatz von digitalen Smarttrainer-Stationen lassen sich in den kleinen Frauenfitnessstudios Hygiene- und Sicherheitsvorkehrungen sowie Abstandsregeln sehr gut umsetzen. Geräteparks und Saunen, die man von großflächigen Studios kennt, gibt es hier nicht. Im Fokus steht stattdessen die individuelle Begleitung im Training.



BU: Bei Mrs.Sporty werden Trainingstermine online und telefonisch vergeben. So wird der Einlass gesteuert. Gleichzeitig trainieren maximal sechs Frauen im Club.

MRS.SPORTY

Fitnessangebot speziell für Frauen

Der Wohlfühlfaktor in Fitnessstudios hat für Frauen eine besondere Bedeutung. Sie wollen im Training am liebsten individuell und persönlich von professionellen Trainer*innen begleitet werden, sich sicher fühlen und mit wenig Zeitaufwand viel erreichen. Das alles bieten die kleinen Frauenfitnessstudios von Mrs.Sporty.

Digitale Smart Trainer ermöglichen hier ein völlig kontaktloses funktionelles Training. Die individuellen Trainingspläne der Mitglieder werden über einen QR-Code abgerufen und ein virtueller Coach gibt auf dem Bildschirm die Übung vor. Funktionelles Training ist ein Ganzkörpertraining, bei dem mit jeder Übung gleich mehrere Muskelketten und nicht einzelne Muskeln isoliert trainiert werden. Qualifizierte Fitnesstrainer begleiten die 30-minütigen Workouts im Club – natürlich mit ausreichend viel Abstand und ohne Körperkontakt. Mit fest vereinbarten Trainingsterminen wird der Einlass kontrolliert und Wartezeiten verhindert.

Die Online-Plattform Mrs.Sporty@Home inklusive der Beratungsleistungen und Betreuung durch Fitnesstrainer*innen wird den Mitgliedern auch nach dem 18.05.2020 zur Verfügung stehen. So halten sich die Frauen weiterhin zuhause fit, die noch nicht in einen der Boutique-Fitness-Clubs kommen können oder wollen. Sie trainieren mithilfe einer App, Live-Trainingssessions, Express-Workouts und tauschen sich mit Ernährungsberatern in Webinaren aus.

Über Mrs.Sporty

Mrs.Sporty ist die führende Fitnesskette für Frauen in Europa und eines der angesehensten Franchise-Systeme in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Mit über 430 Fitnessstudios und 200.000 Mitgliedern ist Mrs.Sporty in sieben Ländern vertreten. Allein in Deutschland gibt es über 280 Mrs.Sporty Clubs, die von erfolgreichen Franchise-Nehmern geführt werden. Gründer und Geschäftsführer Niclas Bönström leitet von der Berliner Zentrale aus das Unternehmen, das seit Jahren Rankings im Bereich „Beste Mikro-Studio- und Boutique-Fitness-Clubs“ anführt.

Das Mrs.Sporty Konzept setzt auf effektives funktionelles Training in 30-Minuten-Einheiten. Mrs.Sporty bietet Frauen eine einzigartige Kombination aus Personal- und Kleingruppen-Zirkel-Training in einer sehr freundlichen Community-Atmosphäre. Dabei trainieren die Mitglieder nach ihren individuellen Trainingsplänen. Qualifizierte Coaches begleiten die Frauen persönlich und unterstützen sowie motivieren sie dabei, ihre Ziele zu erreichen. Mrs.Sporty ist der ideale Sportclub, vor allem für Frauen, die in ihrem Alltag stark eingebunden sind, über wenig Zeit verfügen und dennoch Wert auf ein ausgewogenes Ernährungs- und Trainingsprogramm sowie Regeneration nach dem Sport legen.

2004 eröffnete Niclas Bönström den ersten Club in der Hauptstadt und entwickelte 2005 gemeinsam mit Tennislegende Stefanie Graf das Franchise-Konzept für Mrs.Sporty. Seither wurde Mrs.Sporty bereits vier Mal als bestes Franchise-Unternehmen ausgezeichnet. Als zertifiziertes Vollmitglied im Deutschen, Österreichischen und Schweizer Franchise-Verband e.V. hat sich Mrs.Sporty als zuverlässiger und vertrauenswürdiger Franchise-Geber in der Branche einen Namen gemacht.

MRS.SPORTY

Pressekontakt:

Mrs.Sporty GmbH
Doreen Giese
Sales Marketing / Public Relations
Telefon: +49 (0)30 308 305 360
E-Mail: dgiese@mrssporty.com

Fortis PR OHG
Ramona Daub

Telefon +49 (0)89/45 22 78 -17 / -15
E-Mail: mrs.sporty@fortispr.de