

PRESSEMITTEILUNG

Fitness First Germany GmbH
Hanauer Landstr. 148 a
60314 Frankfurt

T +49 69/408016 000
presse@fitnessfirst.de
FitnessFirst.de

Workout statt Schlafwandeln: Die lange Nacht der Fitness bei Fitness First

6 Metropolen, 17 Clubs, 3 Trainingsschwerpunkte und mehr als 120 Programmpunkte erwarten die Teilnehmer am 12. September bei der langen Nacht der Fitness



Frankfurt am Main, 29. August 2018. Fitness First ruft am 12. September von 17 bis 22 Uhr exklusiv zur langen Nacht der Fitness auf: 17 Top-Fitness-Clubs in Hamburg, Berlin, Frankfurt, München, Köln und Düsseldorf sind dabei. Alle Teilnehmer, egal ob Fitness First Mitglied oder nicht, können kostenlos aus über 120 erstklassigen Trainingsangeboten ihre Favoriten auswählen. Sie trainieren gemeinsam mit angesagten Fitnessbloggern und lernen die neuesten Trends aus den Schwerpunkten Group Fitness, freestyle – das funktionelle Training bei Fitness First – und Personal Training (PT) kennen. Qualifizierte Fitness First Trainer unterstützen die Teilnehmer beim Trainieren. Begeisterte Fitnessfans können so alles aus sich herausholen und ihr nächstes Trainingslevel erreichen.

Maßgeschneidertes Programm in jedem der 17 Clubs

Jeder teilnehmende Fitness First Club bietet zur langen Nacht der Fitness ein maßgeschneidertes Programm an. Die 17 Clubs konzentrieren sich dabei jeweils auf einen der drei Trainingsschwerpunkte: **freestyle** mit Angeboten wie H.I.I.T. Tabata Style, Warrior Workout oder Mobility, **Group Fitness** mit Kursen wie Pound, Zumba, Bikelntense oder Float Fitness, und **Personal Training** mit ausgewählten Praxis Workshops. So können Late-Night-Sportler beim Club-Hopping gleich mehrere Schwerpunkte, Locations und Workouts testen. Live-DJs, Getränke und Healthy Food, freestyle Challenges, Gewinnspiele, Massagen und vieles mehr runden das nächtliche Erlebnis vor Ort ab.

Unter www.fitnessfirst.de/fitnessnacht können sich Sportbegeisterte zur langen Nacht der Fitness, zu der Fitness First gemeinsam mit der Zeitschrift Fit for Fun einlädt, anmelden und sich einen Platz im gewünschten Kurs sichern. Und übrigens: Gemeinsam macht das Training gleich noch mehr Spaß! Teilnehmer können gerne den besten Freund oder die beste Freundin mitbringen, das lässt die Motivation gleich nach oben schnellen.

Bitte geben Sie für das Bildmaterial als Copyright **Fitness First** an. Dieses und weitere Bilder lassen wir Ihnen [auf Anfrage](#) gern in hoher Auflösung zukommen.

ÜBER FITNESS FIRST

Fitness First Germany ist der führende Anbieter im qualitativ gehobenen Segment der Fitnessdienstleister in Deutschland und betreibt bundesweit derzeit mehr als 70 Clubs mit 245.000 Mitgliedern. Das Unternehmen bietet seinen Mitgliedern ein ganzheitliches Fitnesserlebnis – dazu gehören neben vielfältigen Trainingsangeboten auch eine professionelle Trainingsbetreuung sowie Wellnessangebote zur Regeneration. Fitness First unterstützt alle Mitglieder dabei, ihre individuellen (Fitness-)Ziele unabhängig von Alter oder Leistungsniveau zu erreichen. Zum Trainingsangebot gehören zahlreiche Kraft-, Ausdauer- und Kleingeräte, ein abwechslungsreiches Kursprogramm, sowie Personal Training, bei dem individuell oder in Kleingruppen trainiert werden kann. Zusätzliche Online Trainingsfeatures, zum Beispiel in der kostenfreien App, großzügige Wellnessbereiche mit separaten Damenbereichen, Pools, Kinderbeaufsichtigung sowie der Fitness Freitag, bei dem Mitglieder kostenfrei eine Person zum Training mitnehmen können, runden das Angebot von Fitness First Germany ab. Fitness First kooperiert außerdem mit mehr als 1.800 Unternehmen bundesweit im Bereich Firmen-Fitness und betrieblichem Gesundheitsmanagement. Mehr zum Unternehmen unter <http://www.fitnessfirst.de/>.

Pressekontakt:

Fitness First Germany
Julia Lehmann
PR Managerin
Tel.: 069 408016-107
E-Mail: presse@fitnessfirst.de

adel & link Public Relations
PR-Team Fitness First Deutschland
Linda Benkner / Marisa Puschmann / Natalie Buß
Tel.: 069 1534045-48
E-Mail: fitnessfirst@adellink.de