

PRESSEMITTEILUNG

Fitness First Germany GmbH
Hanauer Landstr. 148a
60314 Frankfurt

T +49 69/40 8016 000
presse@fitnessfirst.de
FitnessFirst.de

Let's Bike: Fitness First bringt neuesten Workout-Trend „Bike & Beats“ nach Deutschland

Der Cycling-Kurs im Partymodus sorgt für mehr Abwechslung, Spaß und Inspiration im Training

Frankfurt am Main, 10. Oktober 2017. Training, Party und Fun – das sind die Schlagworte für die Kursinnovation „Bike & Beats“, die Fitness First ab sofort in zunächst neun Clubs anbietet und schrittweise weiter ausrollt. Mit diesem Format kommen Sportbegeisterte in den Genuss des neuesten Fitnesstrends, den Promis wie Tom Cruise, Lady Gaga und David Beckham in den USA schon längst für sich entdeckt haben. Das Besondere: Die Kombination aus inspirierender Gruppendynamik, motivierendem Bike-Trainer und pulsierenden Party-Beats sorgt dafür, dass „Bike & Beats“ zu einem schweißtreibenden High-Intensity-Trainings-Erlebnis wird.

„Das Partyformat lenkt die Kursteilnehmer davon ab, wie anstrengend das Training ist – es ist der perfekte Kurs für alle, die Fitness mit mehr Spaß verbinden und sich in der Gruppe vom Trainer an die eigenen Grenzen pushen lassen wollen“, erläutert Alexander Richter, Head of Product & Innovation bei Fitness First, die Idee hinter dem Kurskonzept. Bei gedimmtem Licht und lauter Musik startet der Kurs mit Aufwärmübungen. Partytaugliche Hip-Hop-, Elektro- und House-Tracks begleiten das 45-minütige Ausdauer- und Krafttraining. Unter dem Motto „Licht runterdrehen – Musik hochfahren“ intensiviert der Kursleiter Tritt für Tritt das Training, um gezielt die gewünschten Muskelpartien zu beanspruchen. Auf den Bikes verbrennen die Teilnehmer jede Menge Kalorien, straffen Beine und Po und finden ganz nebenbei einen fordernden Ausgleich zum oft stressigen Alltag.

Mit dem neuen Kursformat erweitert Fitness First sein bestehendes Angebot an Bike-Kursen, die sich bei Mitgliedern seit Jahren steigender Beliebtheit erfreuen: „BikeBasics“ für Anfänger, „BikeIntense“ für Fortgeschrittene, „Bike & Climb“ für erfahrene Bergfahrer sowie „ProCycling“ als Wettkampf-Format.

Weitere Informationen zu „Bike & Beats“ sowie den anderen Fitness First Bike-Kursen unter:
<https://www.fitnessfirst.de/kurse/athletic/indoor-cycling>

Fitness First Clubs, in denen Bike & Beats bereits angeboten wird: Frankfurt-Konstablerwache, Karlsruhe, Trier, Pforzheim, Nürnberg, Freiburg, Dortmund, München-Laim und München-Schwabing

Über Fitness First

Fitness First ist einer der führenden Fitness- und Gesundheitsdienstleister mit rund 80 Clubs in vier Clubkategorien und 269.000 Mitgliedern in Deutschland. Seit 2014 gehört NewMoove zum Unternehmen, mit mehr als 180.000 Nutzern eines der größten Internet-Fitnessstudios in deutschsprachigen Ländern. Das kombinierte Online- und Offline-Angebot ermöglicht es Fitness First Mitgliedern, im Club wie auch zu Hause und auf Reisen zu trainieren. Durch die Kombination von Training, Ernährung und Inspiration kann jedes Mitglied seine Fitnessziele erreichen, unabhängig von Alter oder Leistungsniveau. Dafür bieten die Clubs zahlreiche Kraft-, Ausdauer- und Kleingeräte sowie bis zu 40 verschiedene Gruppenfitnesskurse und über 500 Kurse aus 13 Kategorien online auf www.newmoove.com. Großzügige Wellnessbereiche, Pools, KidsClubs sowie weitere Serviceleistungen ergänzen das Angebot von Fitness First Germany. Fitness First kooperiert außerdem mit mehr als 1.800 Unternehmen bundesweit im Bereich Firmen-Fitness und betrieblichem Gesundheitsmanagement. Mehr zum Unternehmen unter 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
Tel.: 069 1534045-30
E-Mail: fitnessfirst@adellink.de



Bitte geben Sie als Copyright **Fitness First** an.

Diese und weitere Bilder lassen wir Ihnen auf Anfrage gern in hoher Auflösung zukommen.