

TRX[®]

Suspension Training[®]

= die innovative Neuentwicklung

• Effektives Ganzkörper – Workout

- trainiert mit überraschender Intensität Kraft, Koordination, Gleichgewicht, Stabilität und Ausdauer
- bietet Workout ohne Zusatzgewichte

• Allrounder

- individuell auf Fitnesslevel anpassbar
- Gelenkstabilität, intensiv trainierte Rücken – und Rumpfmuskulatur, gesteigerte Beweglichkeit und schneller Muskelaufbau sind Ergebnis des Trainings
- Training an jedem Ort möglich

• Variationswunder

- Trainingsmöglichkeiten nahezu grenzenlos
- über 100 Trainingsvarianten → individuelle Trainingsgestaltung

• Erfolgsgarant

- begeistert im Einzel – und Gruppentraining
- langfristige Motivation
- persönliche Trainingserfolge nach kürzester Zeit spür -, erleb -, sichtbar

