SFGV

Schweizerischer Fitness- und Gesundheitscenter Verband
Fédération Suisse des Centres Fitness et de Santé
Federazione Svizzera dei Centri Fitness e di Salute

Arbeitgeberverband und Interessenvertreter der KMU der Bewegungs- und Gesundheitsförderungsbranche

BRANCHENVERZEICHNIS

Produkte und Dienstleistungen für die Bewegungs- und Gesundheitsförderungsbranche

DEZEMBER 2022

Seiten 4-5	AUSBILDUNG
	AUSRÜSTUNG UND EQUIPMENT
Seiten 6-8	BERATUNGEN
	BRANCHENSPEZIFISCHE BESCHALLUNGSLÖSUNGEN
	DIENSTLEISTUNGEN
Seiten 10-21	FITNESSGERÄTE
	FROTTEE UND TEXTIL
	GERÄTE FÜR FUNCTIONAL TRAINING
	GESUNDHEITSPLATTFORM
	INFORMATIONS- UND UNTERHALTUNGSLÖSUNGEN
	INKASSO / VERLUSTSCHEINVERWERTUNG / BONITÄTSAUSKÜNFTE
	LÄRMSCHUTZ
	LUFTREINIGUNG
	MASSAGE
Seiten 22-23	MESSSYSTEME
	NEUE MEDIEN / APPS
	PRODUKTE ZUR UNTERSTÜTZUNG DES BEWEGUNGSAPPARATES
	REANIMATION UND DEFIBRILLATOREN
	REINIGUNGS- UND HYGIENEPRODUKTE
Seite 9	SOFT- UND HARDWARELÖSUNGEN
	SOLARIUM / SAUNA / INFRAROTSAUNA
	SPORTNAHRUNG
Seite 23	TESTSYSTEME / SCREENING
	VERBÄNDE DER BEWEGUNGSBRANCHE SCHWEIZ
	VERSICHERUNGSGESELLSCHAFTEN

Wir engagieren uns für deine Zukunft – werde Teil der HWS!

«Bewegung und Gesundheit» ist eine der grössten Wachstumsbranchen. Denn Bewegung ist die Basis für Fitness, Sport und körperliche Ausdrucksfähigkeit. Sie wirkt auf den ganzen Körper und ist damit ein wichtiger Baustein für ein Leben in Gesundheit.

Mit unseren spannenden und vielseitigen Lehrgängen im Bereich «Bewegung und Gesundheit» bietet dir die HWS den praxisnahen und zukunftsorientierten Bezug, den du für deinen Karrierestart benötigst.

Wir verfügen über einen grossen Pool an kompetenten Dozierenden, moderne und attraktive Schulungszimmer und säulenfreie Bewegungsräume mit gelenkschonenden Böden. Der praktische Unterricht an modernen Fitnessgeräten findet bei unseren Partnerbetrieben in Basel und Zürich statt.

Seit bald 150 Jahren engagieren wir uns für deine Zukunft! Mit 1'000 Lernenden und Studierenden ist die HWS, die Schule für Gesundheit und Bewegung, in der Nordwestschweiz die Nummer 1 für Aus- und Weiterbildungen in den Bereichen Bewegung und Gesundheit, Medizin und Naturheilkunde.

Unser Bildungsangebot:

Fitness und Bewegung
- Fitness- und Bewegungstrainer/-in
- Fitnesscoach
- Group Fitness Instructor
- Kundenberater/-in Fitness

Bewegung und Gesundheit
- Dipl. Bewegungspädagogin / Bewegungspädagoge HF
- Experte / Expertin Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Diplom
- Spezialist/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit eidg. Fachausweis
- Trainer/-in Bewegungs- und Gesundheitsförderung mit Branchenzertifikat

Weitere Angebote
- SVEB-Zertifikat Kursleiter/-in
- Grundlagenmodul Körperschulung, Methodik und Didaktik
- Kursleiterin Körperarbeit – Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung
- Kursleiterin Körperarbeit - Rückbildung

Wissen was zählt für Training und Therapie

CoreKnowledge reduziert komplexe, trainings-therapeutische Themen sowie deren wissenschaftliche Literatur auf ihre **Kernaussage.** Denn wir glauben, dass man die methodischen Grundsätze kennen, sie verstehen und auch akzeptieren muss.

Um das zu erreichen, verknüpfen und hinterfragen wir **aktuelle Erkenntnisse** aus dem Leistungssport, der medizinischen Trainingstherapie, dem Fitnesstraining, dem Mentaltraining und der Physiotherapie. Wir bringen sie für dich auf den Punkt, fördern dein **kritisches Denken** und ermutigen dich zur Entsorgung veralteter Methoden.

Dabei geht es nicht um trockene Studien, sondern vielmehr um deren Transfer in die Praxis. Dadurch wird **dein Berufsalltag vereinfacht** und hilft dir deine Kunden effizient zu betreuen.

Nehmen wir die Geschichte des **magischen Fettverbrennungspulses.** Es kann sein, dass du diesem Mythos immer noch begegnest, obwohl die Wissenschaft **schon lange gezeigt** hat, dass er so nicht existiert. Es darf im Informationszeitalter nicht sein, dass wissenschaftliche Erkenntnisse durchschnittlich **17 Jahre benötigen,** bis sie erfolgreich in der Praxis angewandt werden!

Aktuelle MasterDays

CoreKnowledge bietet **Tageskurse** - MasterDays - zu verschiedenen Themen aus Training und Therapie an. Weitere Informationen und Buchungsmöglichkeit gibt es auf unserer Website.

Inhouse Schulung

In diesen jeweils vier Stunden dauernden Schulungen erläutern wir Themen wie:

landen & springen
werfen & fangen
Die Fertigkeit hohe Lasten schnell zu beschleunigen…

Dabei geht es um die theoretischen Grundlagen und um die **optimale Umsetzung in die Praxis** für die Zielerreichung.

Individuelle Workshops

Eine **massgeschneiderte Weiterbildung** für dein Therapie- oder Trainingscenter. Dauer und Thema passen wir individuell deinen Wünschen an.

Schreib uns oder ruf uns jetzt an. Bitte teile uns dein Bedürfnisse mit. So können wir dir ein individuelles Angebot offerieren.

CoreKnowledge

www.coreknowledge.eu
info@coreknowledge.eu
Tel +41 79 764 76 16

Die Seiten unserer Partner

Die Seiten unserer Partner

Hast du deine Rendite im Griff?

Die Inflation erreicht neue Rekordhöhen. Nach der Pandemie wirkt jetzt der Ukraine-Krieg als Preistreiber. Die Energiekosten werden nach Prognosen um 300 oder 400% steigen, die Löhne müssen sich den steigenden Kosten für Privathaushalte ebenfalls anpassen. Hinzu kommen die Lücken im Mitgliederbestand, die die Pandemie hinterlassen haben.
Für jeden Fitness- und Gesundheitsclub heisst dies massive Kostensteigerungen, die die bisherigen Renditen sehr schnell auffressen.

Wer jetzt keine Planung seiner Rendite vornimmt und Kosten und Umsätze genau unter die Lupe nimmt, wird eine böse Überraschung erleben.

Optimiere deine Preispolitik
Die Anpassung der Preispolitik ist ein MUSS! Die Beiträge bilden in den allermeisten Fitnessclubs immer noch 80% der Umsätze und mehr. Eine Veränderung der Beitragsstrukturen hat also grossen Einfluss auf die Rentabilität und das zumeist langfristig.

Entsprechend sollten solche Veränderungen nicht leichtfertig vorgenommen werden. Vielmehr braucht es einen Experten, der sowohl die Vielzahl der Einflussfaktoren einschätzen kann, einen Überblick über die verschiedensten Möglichkeiten der Gestaltung der Konditionen gibt und eine realistische Risiko-Analyse durchführt.

Wann wird es Zeit zu handeln?
Grundsätzlich sollte die Preispolitik jedes Jahr zumindest einmal analysiert und wenn nötig angepasst werden. In der aktuellen Situation ergibt sich Handlungsdruck vor allem wenn,

- die bisherige Rendite schon sehr knapp ist und durch die Kostensteigerungen droht negativ zu werden.
- eine zu grosse Zahl der aktuellen Mitglieder einen Beitrag zahlt, der unter dem Deckungsbeitrag liegt.
- die Wettbewerbssituation oder andere Markteinflüsse eine Anpassung sinnvoll erscheinen lassen.
- du dein Ergebnis optimieren willst. Gerade jetzt!

Wieso eine Risiko-Analyse
Selbstverständlich sind Veränderungen der Preispolitik nicht ohne Risiko. Dies gilt insbesondere für die Anpassung der Beiträge bestehender Mitglieder aber auch für veränderte Konditionen für Neukunden.

So kann eine zu starke Anhebung von Altbeiträgen zu einer Kündigungswelle führen. Der verlorene Umsatz wird im schlimmsten Fall grösser als der Mehrumsatz. Gleichzeitig kann auch eine zu geringe Anhebung ein optimales Rendite-Ergebnis gefährden. Zu hohe Preise oder die falschen Konditionen und Laufzeitgestaltung können das Neukundengeschäft massiv beeinflussen. Deshalb gilt es, alle Entscheidungen einer sehr detaillierten Prüfung zu unterziehen. Erfahrungswerte erleichtern dabei die Abschätzung der Folgen.

Es ist viel drin!
Eine Anpassung der Preispolitik bedeutet schnell einen mittleren fünfstelligen Mehrumsatz. Mit diesem lassen sich auch die aktuell entstehenden Mehrkosten gut ausgleichen.

Wann wird es Zeit zu handeln?
Grundsätzlich sollte die Preispolitik jedes Jahr zumindest einmal analysiert und wenn nötig angepasst werden. In der aktuellen Situation ergibt sich Handlungsdruck vor allem wenn,

- die bisherige Rendite schon sehr knapp ist und durch die Kostensteigerungen droht negativ zu werden.
- eine zu grosse Zahl der aktuellen Mitglieder einen Beitrag zahlt, der unter dem Deckungsbeitrag liegt.
- die Wettbewerbssituation oder andere Markteinflüsse eine Anpassung sinnvoll erscheinen lassen.
- du dein Ergebnis optimieren willst. Gerade jetzt Viele Clubbetreiber schieben Preiserhöhungen immer weiter vor sich her. Doch genau jetzt ist der richtige Zeitpunkt. Das Verständnis der Menschen ist gross, sind doch die Kostenerhöhungen für einen Fitnessclub evident.

Es braucht jedoch eine gute Vorbereitung des Projektes. Insbesondere muss das gesamte Team gut geschult sein, um die Unruhe im Club im Griff zu behalten.

Spar-Potentiale entdecken
Auch bei den Kosten der meisten Clubs bestehen grosse Optimierungsmöglichkeiten. Dafür gilt es, sämtliche Positionen einmal mit Branchenbestwerten abzugleichen und auf den Prüfstand zu stellen. In folgenden Bereichen lässt sich sparen:

1. Objektkosten
2. Nebenkosten-Abrechnung
3. Wasser / Abwasser
4. Heizung / Wärme / Klima
5. Elektrizität
6. Personalkosten
7. Externe Dienstleistungen / Wareneinkauf
8. Werbekosten
9. Versicherungen / Beiträge
10. Reparatur / Instandhaltung
11. Sonstige Kosten

Für sämtliche Punkte haben wir detaillierte Checklisten für die Analyse. ▸

Die Seiten unserer Partner

Hast du deine Rendite im Griff?

Teure Energie und wie man sie optimieren kann

Ein Ende der Preissteigerungen für Strom und Gas ist aktuell nicht abzusehen. Für Unternehmen mit hohem Energiebedarf wie Fitnessstudios bedeutet diese Entwicklung eine massive Herausforderung. Grundsätzlich gibt es zwei Handlungsstrategien: zum einen solltest du den Energieverbrauch maximal senken, zum anderen kannst du aber auch selbst Energie erzeugen und dich damit von der externen Entwicklung unabhängig machen.

Viele Fitness- und Gesundheitsunternehmen haben bereits in den letzten Jahren Massnahmen zur Energieoptimierung umgesetzt. Erfahrene Berater kennen die vielfältigen Lösungen und können sie jeweils situationsgerecht auch in deinem Club einsetzen. Experte Heinz Eger (Leiter Economic Development bei ACISO) stellt verschiedenste Lösungen vor:

- Die Installation von Smartmetern zur Identifikation aller Optimierungspotentiale, wöchentliche Checks zeigen genau auf, an welchen Stellen Spitzenbelastungen vermieden werden können
- Sinnvolle Definition von Raumtemperaturen in verschiedenen Studio-Zonen
- Intelligente Saunasteuerungen, die z. B. für eine Reduzierung der Temperaturen sorgt, wenn keine Maximaltemperatur angefordert wird.
- Zeitliche Entzerrung der Hochfahrperioden bei mehreren Saunen
- Reduktion der Wassermengen bei Duschen

Diese und viele weitere Möglichkeiten bestehen, um die Kosten zu senken. Blockheizkraftwerke, Photovoltaik-Anlagen oder Wärmenpumpen können darüber hinaus eigene Energie produzieren.

Es gibt nur individuelle Lösungen

Die Vielzahl der Möglichkeiten ist beruhigend. Jedes Unternehmen hat Chancen, die Rendite trotz der herausfordernden Zeiten sogar zu verbessern. Aber es wird auch deutlich, das individuelle Lösungen, angepasst an die jeweiligen Voraussetzungen, gefragt sind. Dafür braucht es die Unterstützung von erfahrenen Consultants.

Dein ACISO Team Schweiz

Ariane Egli
Senior Consultant

MOBIL 079 700 04 90
ariane.egli@aciso.com

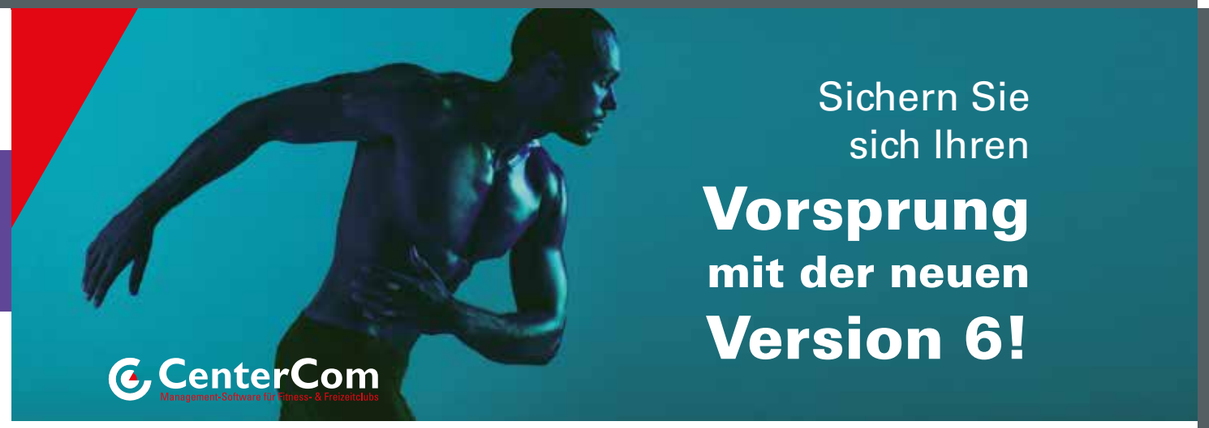
Beatrice Eggmann
Consultant

MOBIL 079 434 00 63
beatrice.eggmann@aciso.com

Lucrezia Steiner
Consultant

MOBIL 079 296 75 10
lucrezia.steiner@aciso.com

ACISO
WE ARE YOUR BUSINESSCHANGER



Sichern Sie sich Ihren
Vorsprung mit der neuen Version 6!

Mit CenterCom behalten Sie die Hoheit über Ihre Daten – egal ob in der Cloud oder lokal

CenterCom ist seit Jahrzehnten eines der führenden Management-Software-Pakete für die Fitnessbranche. Die große Zahl der Anwender ist der Garant für die praxisnahe Weiterentwicklung, Kontinuität und die Sicherheit Ihrer Investition.

Die **neue Version 6 von CenterCom** unterstützt Sie mit verbesserten Features, intuitiven Prozessen und einer benutzungsfreundlichen Oberfläche im Cluballtag – lokal, mobil, in der Cloud oder per App. Erreichen Sie Ihr Ziel mit wenigen Klicks und setzen Sie verschiedene Geschäftsmodelle nach Ihren Vorstellungen um. Das bedeutet mehr Mitglieder, reduzierte Kosten und ein höherer Ertrag!

Die Software liefert für Sie als Studiobetreiber eine moderne, leistungsstarke und für Ihre Daten sichere Lösung. **Das Studio behält die Datenhoheit:** Kein unbefugter Dritter hat Zugriff auf die Informationen von Mitgliedern. Ob die Datenspeicherung klassisch vor Ort oder in einem deutschen Rechenzentrum erfolgen soll, entscheiden Sie. Unabhängig hiervon besteht natürlich voller Zugriff für alle Studiofilialen, für das Arbeiten aus dem Homeoffice oder das Mobile Device der Trainer. Dabei besteht **DSGVO-konforme Datensicherheit**.

Natürlich vereint CenterCom auch Basics wie das Backoffice-Management sowie das Frontoffice mit Tresenverkauf, Check-In und Mitgliedercontrolling. Speziell für die Schweiz sind in der Version 6 natürlich auch **alle typischen Zahlungsvarianten**, wie z. B. QR-Code-Rechnungen, verfügbar. Ergänzt wird das Angebot durch den **Reservation Manager** für eine Kurs- und Terminplanung auf allen Kanälen sowie den **Sales Manager**, der Sie in wenigen Minuten vom Verkaufsgespräch zum Vertragsabschluss bringt – völlig papierlos und digital. Mit dem **ClubConnector, der Member-App für Ihren Club**, haben Sie einen direkten Draht zu Ihren Mitgliedern.

Mit über 25 Jahren ist M.A.C. CenterCom **einer der führenden Komplettanbieter** in der Fitnessbranche. Zusammen mit den verbundenen Unternehmen betreuen wir über 15.000 Fitness- und Gesundheitsbetriebe in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Tag für Tag arbeiten rund 160 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter daran, den Funktionsumfang und die Qualität unserer Softwareprodukte CenterCom, sysTeam und THEORG kontinuierlich auszubauen und weiterzuentwickeln – selbstverständlich mit freundlichem und kompetentem Service und regelmäßigen Updates.

M.A.C. CenterCom GmbH · Franckstraße 5 · 71636 Ludwigsburg
Telefon 0 71 41/9 37 37-0 · www.mac-centercom.de · info@mac-centercom.de

@m.a.c_centercom

TOTAL SOLUTIONS PARTNER

IHR PARTNER. BIS ZUR ERÖFFNUNG UND WEIT DARÜBER HINAUS.

Wenn Sie sich für Matrix entscheiden, bekommen Sie mehr als hochwertiges Fitness-Equipment. Sie entscheiden sich damit auch für eine langjährige Partnerschaft, die eines zum Ziel hat: langfristigen Erfolg. Gemeinsam finden wir für jeden Bereich Ihres Unternehmens die optimale Lösung, damit Sie am Ende das beste Ergebnis erzielen.

RAUMPLANUNG

Es kommt auf jeden Zentimeter an. Wir beraten Sie kompetent bei der Geräteauswahl und definieren mit ersten 2D-Raumplanungen Platzbedarf und Aufteilung, die anschließend in moderner 3D-Technik visualisiert werden.

BESTELLPROZESS

Unser Verkaufspersonal im Innen- und Außendienst berät und unterstützt Sie vom ersten Kontakt an bis zur Auslieferung der Geräte und darüber hinaus.

MARKETING SUPPORT

Sie möchten, dass Ihre Mitglieder wissen, welche spannenden Produkte und Programme Ihren Club so besonders machen? Fragen Sie uns nach Werbematerial. Wir helfen Ihnen, das Beste aus Ihrer Investition zu machen und stellen Ihnen Serviceunterlagen, Wartungshinweise sowie Informationsmaterial für Ihre Mitglieder zur Verfügung.

LIEFERUNG UND MONTAGE

Wir liefern und installieren Ihnen pünktlich und zuverlässig die Geräte durch unsere firmeneigenen Techniker. Mit unseren umfangreichen Garantie- und Serviceleistungen bieten wir Ihnen einen Kundenservice, der höchste Maßstäbe setzt.

FINANZIERUNG / LEASING

Wir haben langjährige Kontakte zu renommierten Finanzierungspartnern und können Sie mit einer maßgeschneiderten Lösung zu Leasing oder Finanzierung optimal unterstützen.

HERAUSRAGENDER KUNDENDIENST

Unser Ziel ist ein herausragender Kundendienst. Deshalb legen wir hohe Maßstäbe an unser Team, vom Customer Service bis zum Techniker im Außendienst, und stellen durch interne Qualitätskontrollen optimale Serviceabläufe und schnelle Bearbeitungszeiten sicher.

CARDIOTRAINING

KONSOLEN

Mit unserer flexiblen Auswahl an Konsolen können Sie Ihre Fitnesseinrichtung mit einer ganzen Bandbreite an Variation ausstatten. Unsere Modelle der neuesten Generation sind allesamt intuitiv in der Bedienung und bieten Ihren Mitgliedern in jeder Version ein durchweg herausragendes Trainingserlebnis.

Sie entscheiden – unabhängig von der Gerätebasis – ob Sie sich auf die wesentlichen Trainingsparameter konzentrieren möchten, oder auf unsere leistungsfähigen Connected Solutions mit WiFi-fähigen Konsolen, einschließlich Personal Trainer Portal, Workout Tracking Network und Asset Management zurückgreifen.

PERFORMANCE SERIE

Fitnesseinrichtungen, die sich nur mit dem Besten zufrieden geben, finden bei der Performance Serie das passende Portfolio erstklassiger Cardiogeräte für eine hochintensive Nutzung. Mit edler Optik, innovativem Design und robusten Komponenten, die höchsten internationalen Normen entsprechen, werden Ihre Mitglieder ein perfektes Training erleben.

Ergonomisch optimierte Kontaktpunkte wie Sitze, Lenker, versiegelte Schaltflächen und smarte Steuerung machen selbst lange, harte Trainingseinheiten angenehm. Eine Reihe cleverer Wartungsfunktionen minimiert die Servicezeiten, sodass Ihre Geräte für alle Trainingsbegeisterten jederzeit bereitstehen.

ENDURANCE SERIE

Die Endurance Serie bietet alles, was ein Trainingsgerät in einer intensiv genutzten Fitnessumgebung haben sollte. Das schlanke Design in Kombination mit erstklassiger Leistung und vielseitigen Funktionen wird jeden restlos überzeugen, und auch Ihren ambitionierten Mitgliedern die sportlichen Herausforderung bieten, die sie sich wünschen.

Entscheiden Sie sich für die Endurance Serie, wenn Sie nach einem gehobenen Standard suchen, bei dem der Preis nicht zu Lasten der Qualität geht, Ihnen jedoch Raum für weitere Investitionen lässt.

VIRTUAL TRAINING CYCLE

Mit dem neuen Virtual Training Cycle können alle Mitglieder echtes Indoor Cycling auf der Cardiofläche erleben – und zwar wann und wie sie wollen! Dabei bleiben sie mit exklusiven Programmen wie Sprint 8 Intervalltraining, Virtual Active und Target Training hoch motiviert und können sich bei interaktiven On-Demand Cycling Kursen zusätzlich herausfordern.

Wer sich beim Workout lieber unterhalten lässt, streamt seine persönlichen Lieblingssongs, Filme oder Serien. Alles auf einem Cycle, das speziell für intensivste Trainingseinheiten entwickelt wurde.

KRAFTTRAINING

ULTRA SERIE

Leistungsstark und komfortabel. Fortschrittlich in der Funktionalität und dabei einfach in der Bedienung. Absolut hochwertige Komponenten verpackt in großartiges Design. Das ist die Ultra Serie – und damit übertrifft sie alles, was Sie von einem Fitnessgerät erwarten. Die einheitlich niedrigen Gewichtsblöcke von nur 130 cm verleihen Ihrer Trainingsfläche ein modernes strukturiertes Ambiente.

Und „on Top" noch eine innovative Form der Trainingsunterstützung mit der optionalen Intelligent Training Console.

VERSA SERIE

Die Versa Serie hat alles, was Sie von unseren Kraftgeräte-Linien kennen: erstklassige Verarbeitung, hervorragende Biomechanik, höchste Nutzerfreundlichkeit und ansprechendes Design. Zusätzlich bieten wir Ihnen mit Versa eine besondere Flexibilität, denn Sie bestimmen, welche Ausstattungsvariante am besten zu Ihrem Unternehmen, Ihren Kunden und Ihrem Budget passt.

AURA SERIE

Das außergewöhnliche Design dieser Serie hat Aura vom Moment ihres Erscheinens bis heute zum wahren Klassiker gemacht. Die robusten Stahlrohre geben Stabilität und wirken durch die charakteristischen Rundungen leicht und einladend auf den Trainierenden.

Auch nach der kontinuierlichen Weiterentwicklung und Ergänzung durch neue Features glänzt diese Linie durch einfache Bedienbarkeit und perfekte Biomechanik für natürliche Bewegungsabläufe.

MAGNUM SERIE

Ambitioniertes Training erfordert eine hochwertige Ausrüstung. Geräte, die ein Höchstmaß an Leistung und Funktionalität vereinigen. Und genau das bietet die extrem robuste Magnum Serie. Sie hält dem intensiven Training von Profis stand und verfügt gleichzeitig über die hervorragende Ergonomie und Benutzerfreundlichkeit, die Sportler aller Trainingslevels in jeder Art von Fitnesseinrichtung zu schätzen wissen.

GO ZIRKEL

Mit diesem kompakten Gesundheitszirkel können Sie auf nur 20 m² neue Zielgruppen erschließen. Dank der minimal erforderlichen Einstellungen, einem niedrigen Startgewicht und geringen Gewichtsabstufungen erleben gerade Anfänger, ältere Teilnehmer und wenig Trainierte einen unkomplizierten Einstieg ins Krafttraining.

Alle Stationen des GO-Zirkels sind intuitiv zu bedienen, hocheffizient und ermöglichen den Nutzern, schnell und unkompliziert zwischen den Stationen des Zirkels zu wechseln. Die Stationen können hervorragend "Rücken-an-Rücken" aufgestellt werden. Das spart Platz und macht die Wege während des Zirkeltrainings noch kürzer.

milon | five

DIE KOMBI MACHT'S

KRAFT UND BEWEGLICHKEIT IM WECHSEL

Der Kraft-Beweglichkeits-Parkour ist die Lösung für die anatomischen und physiologischen Anforderungen von heute.

- Muskellängentraining und Kräftigung im Wechsel
- Standardisiertes Training auf kleinem Raum
- Vereint die Bedürfnisse der Trainierenden in einem Konzept

FIT IN KURZER ZEIT

BIS ZU 3 STUNDEN SITZEN
» 1 DURCHGANG
IN 15 MINUTEN

MEHR ALS 3 STUNDEN SITZEN
» 2 DURCHGÄNGE
IN 30 MINUTEN

milongroup

Erfahre hier alles über unseren Kraft-Beweglichkeits-Parkour
www.milongroup.com

milon | five

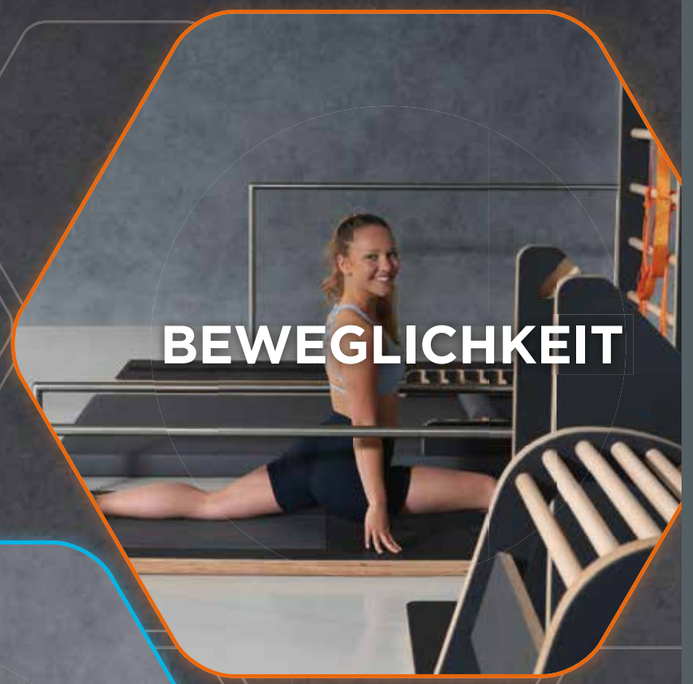
DEINE NEUEN **TRAININGSWELTEN**

STARTE JETZT IN DEIN TRAINING DER ZUKUNFT!

SCREENING

VIKO-MOTORISCHES TRAINING

KRAFT



BEWEGLICHKEIT

Erfahre hier mehr über die Trainingswelten von milon & five!
www.milongroup.com

milongroup

proxomed®
für eine gesunde Gesellschaft

MEDICAL
KNOW HOW MEDIZINISCHE GERÄTE
SCHULUNGEN FLEXIBLE FINANZIERUNG
SERVICE TRAININGSGERÄTE
FITNESS

MEHR ALS NUR EIN ANBIETER VON MEDIZIN- UND FITNESSGERÄTEN

Seit über 30 Jahren versorgen wir Medizin- und Fitnesseinrichtungen mit Trainings- und Testgeräten. In beiden Bereichen sind wir für Sie mit dieser Erfahrung und Kompetenz seit über 30 Jahren vertreten.

Unser Erfolg beruht auf dem ganzheitlichen Verständnis der Bedürfnisse unserer Kunden und deren Kunden. Genau deshalb umfasst unsere Angebotspalette nicht nur innovative und qualitative hochwertige Medizin- und Fitnessprodukte von führenden Weltmarken, sondern auch Schulungen, Konzepte und Beratungen rund um die Themen Gesundheit, Training und Fitness. Damit helfen wir unseren Kunden, sich den vielfältigen und ständig wechselnden Herausforderungen im Gesundheitsmarkt und in der Fitnessbranche optimal stellen zu können.

Zusammen mit unseren Entwicklungsingenieuren, Biomechanikern und Produktspezialisten sind wir für Sie ständig auf der Suche nach neuen, innovativen Produkten, um Sie und Ihr Team in Ihrer täglichen Arbeit sinnvoll und effektiv zu unterstützen, für Ihre Kunden einen qualitativen Vorteil erzielen und Ihnen damit den wirtschaftlichen Erfolg ermöglichen zu können.

Besuchen Sie uns in unseren Ausstellungsräumlichkeiten in Steckborn und lernen Sie uns persönlich kennen.

Oliver Marangoni, Geschäftsstellenleiter Office Schweiz

30 JAHRE+ ERFAHRUNG

proxomed steht für
HÖCHSTE KUNDENORIENTIERUNG, PROFESSIONELLEN SERVICE UND INNOVATIVE PRODUKTE IN DEN BEREICHEN REHABILITATION, SPORT UND FITNESS
www.proxomed.ch

PROFESSIONELLER EINSATZ
auf höchstem Niveau

proxomed steht für höchste Kundenorientierung, Freude an der Arbeit, begeisternde Produkte, professionellen Service und eine progressive Ausrichtung der Geschäftsführung. Langwährende Geschäftsbeziehungen sind unser definiertes Ziel – und gleichzeitig unsere Stärke.

Mit unseren hochqualifizierten Persönlichkeiten im Unternehmen halten wir dieses Versprechen. Wir lassen unseren Worten Taten folgen und setzen mit unserem umfassenden Produkt- und Serviceangebot Meilensteine für optimale Trainingsbedingungen.

MEDICAL & FITNESS
Unsere beiden Einsatzbereiche

Im Medicalbereich bedienen wir vorallem Institute und Einrichtungen wiePhysiotherapien, Rehabilitationszentren, Privatkliniken, öffentlichen Krankenhäuser und Medizinische Leistungszentren.

Der Fitnesssektor besteht aus Einzelstudios, Fitnessketten, Olympiastützpunkten und Spitzensport-Institutionen sowie Personal Trainern und Privatkunden.

BREITES PORTFOLIO
für höchste Ansprüche

In beiden Einsatzbereichen kommen die einzelnen Produktmarken je nach Anwendung und Kundenwunsch zum Einsatz.

Neben unseren Eigenprodukten compass, tergumed, kardiomed und itensic sind auch Partnermarken, wie AlterG, h/p/cosmos, Octane, Olicrom, SportsArt und TecnoBody vielseitig und umfassend vertreten.

STARKE MARKENQUALITÄT UNSERER PARTNER

itensic · SportsArt · Octane Fitness · ClapTzu · OLICROM Sportechnology · TecnoBody · BTE Technologies · Biodex · AlterG Defy Gravity. Defy Limits. · h/p/cosmos · Weyergans high care® medical

UMFASSENDE BETREUUNG
Wir machen Sie zum Profi.

proxomed bietet Physiopraxen, Spitälern, Trainingsinstituten und Fitnesscentern eine umfassende Betreuung für Ihr individuelles Erfolgskonzept:

» Bedarfsanalyse
» Beratung bei der Finanzierung
» Unterstützung in Marketing, Patientenmanagement und der wirtschaftlichen Optimierung
» Raumplanungstool für optimale Geräteeinbindung
» Schulungsteam direkt nach Lieferung der Geräte
» Flächendeckendes Service-Team

PERSÖNLICHE UND FACHKUNDIGE BERATUNG
In unserem Showroom.

In unseren Ausstellungsräumlichkeiten in Steckborn können Sie unsere medizinischen Test- und Trainingsgeräte sowie unsere Fitnessgeräte in aller Ruhe unter fachkundiger Begleitung testen.

Wir nehmen uns die Zeit und erklären Ihnen gerne auch die Möglichkeiten unserer Software und unsere einrichtungsspezifischen Konzepte.

INDIVIDUELLER SERVICE UND DAUERHAFTE WERTERHALTUNG
Zuverlässig und kompetent.

Unser leistungsstarker Service garantiert den reibungslosen Betrieb und die permanente Einsatzfähigkeit unserer Produktlösungen.

Eine dauerhafte Werterhaltung Ihrer Investitionen wird durch den individuellen Service oder über einen Wartungsvertrag sichergestellt.

Das proxomed Team Schweiz freut sich auf Ihren Besuch in Steckborn.

TECHNOGYM BIOSTRENGTH

Die Revolution des Krafttrainings

Die Effektivität eines Krafttrainings hängt von vielen Faktoren ab: der richtigen Belastung, der angemessenen Anzahl von Wiederholungen, der Erholungszeit, der Geschwindigkeit der Übungsausführung, der Körperhaltung und der Bewegungslinie.
Die Optimierung dieser Details und die Vermeidung häufiger Fehler sind von elementarer Bedeutung, wenn es darum geht, das Training maximal effektiv zu gestalten und in kürzerer Zeit bessere Ergebnisse zu erzielen.

30% bessere Ergebnisse bei gleichbleibender Trainingszeit

Biostrength, Technogyms neue Produktlinie fürs Krafttraining, passt sich dank einer patentierten Technologie, die auf künstlicher Intelligenz und neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen beruht, perfekt an den Nutzer an und garantiert so bei gleichbleibender Trainingszeit 30% bessere Ergebnisse als beim Training mit herkömmlichen Geräten oder Hanteln.

Biostrength sorgt beim Workout immer für eine optimale Belastungsstärke, Bewegungslinie, Körperhaltung und Ausführungsgeschwindigkeit. Auch die Anzahl der Sätze, Wiederholungen sowie die empfohlenen Erholungszeiten werden automatisch berechnet.

Biodrive

Das patentierte Biodrive-System aus der Luft- und Raumfahrttechnologie bietet 6 Widerstandsarten, mit denen die Effektivität des Trainings je nach Ziel verbessert werden kann:

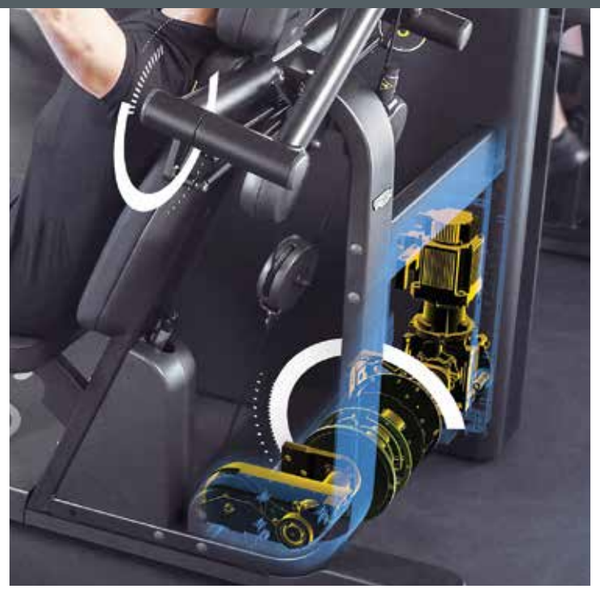
- isotonisch
- ohne Masseträgheit
- exzentrische Reduktion
- exzentrische Überlastung
- viskos
- elastisch

Dank der Biodrive Technologie erkennt das System, wenn der Nutzer müde wird, und reduziert über die Spotter-Funktion automatisch die Belastung, damit er den jeweiligen Satz zu Ende bringen kann.

Sicheres Training dank Spotter-Funktion

Man wird vollständig durch das gesamte Workout geleitet und erzielt so auf sichere und zugleich unterhaltsame Weise maximale Ergebnisse. Zur Steigerung der Motivation erhält man zudem bestimmte Belohnungs-Abzeichen, sobald neue Ziele erreicht werden.

Biostrength bietet ein digitales und vernetztes Workout-Erlebnis mit einer noch nie dagewesenen Vielfalt an Trainingsprogrammen und -Inhalten. Mit einem einfachen **Login in das Ökosystem** von Technogym können Nutzer an den Geräten der Biostrength Linie genau die Trainingserfahrung auswählen, die am besten zu ihnen und ihren Wünschen passt – von zielgerichteten Programmen über personalisierte Programme bis hin zum freien Training.

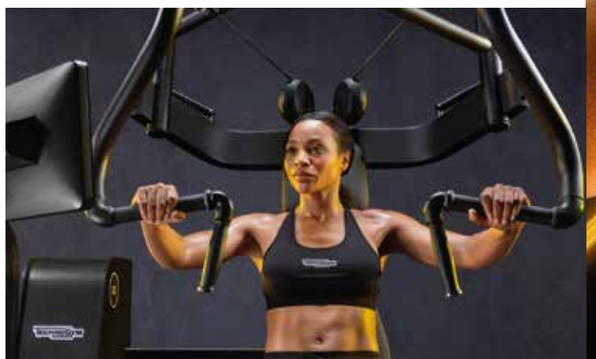


Personalisiertes Training

Die 4 zielorientierten Target Programme umfassen:

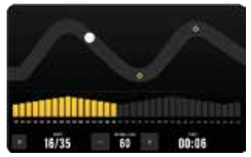
- T**one:** Besserer Muskeltonus bei weniger Anstrengung. Durch den elastischen Widerstand und die allmähliche Steigerung der Belastung wird der Muskeltonus über die gesamte Bewegungslinie hinweg kontinuierlich gesteigert.
- **Power:** Trainieren wie ein Profi. Die Einstellung eines Widerstands ohne Trägheit ermöglicht es, Explosivkraft und Maximalkraft auf besonders sichere Weise zu trainieren.
- **Muscle:** Aufbau von Muskelmasse. Das Programm erhöht die Belastung in der exzentrischen Phase der Bewegung, während sich die Muskelfasern verlängern.
- **Strong:** Kraftsteigerung. Durch den viskosen Widerstand werden die jeweiligen Übungen mit zunehmender Ausführungsgeschwindigkeit intensiver.

Wer sich bereits perfekt auskennt und sein eigenes Programm zusammenstellen möchte, kann mit dem Free Training-Modus schnell und einfach trainieren, ohne sich einzuloggen. Einfach die Session entsprechend anpassen und die gewünschte Belastungsintensität und Anzahl der Wiederholungen auswählen.



Fortgeschrittene können über die Custom-Funktion verschiedene Trainingstechniken ins Training integrieren.

Pyramide: Die Anzahl an Wiederholungen und das Trainingsgewicht ändern sich mit jedem Satz automatisch, um Kraft und Muskelmasse auf ein Maximum zu bringen.
Contrast: Die Abwechslung zwischen schweren Gewichten und schnellen Bewegungen fördert die Kraft und Leistung.



Tone Express: In einem einzigen Satz variiert das Trainingsgewicht mit jeder Wiederholung, um Muskeltonus und -masse zu verbessern und gleichzeitig Zeit zu sparen.
Super-Slow: Eine langsamere Bewegung erhöht die Zeit, in der die Muskeln beansprucht werden, und sorgt so für ein effektiveres Training.

Drop Set: Nach Erreichen der Höchstanzahl an Wiederholungen reduziert sich das Trainingsgewicht, so dass der Benutzer alles aus seinen Muskeln herausholen kann.
Rest-Pause: Die Höchstanzahl an Wiederholungen gefolgt von kurzen Erholungsphasen sorgen für hochintensive Workouts zur Steigerung der Muskelmasse.

Ein Mehrwert für Fitnessclub-Mitglieder

Biostrength ermöglicht es Betreibern von Fitnessclubs und Personal Trainern, ihren Mitgliedern innovative Programme mit Erfolgsgarantie anzubieten und dadurch den Wert ihrer Mitgliedschaft enorm zu erhöhen. Dank der professionellen Softwareplattform Technogym Mywellness, erhält jedes Mitglied ein massgeschneidertes Programm, das perfekt auf die jeweiligen Ziele zugeschnitten ist; nach einfachem Log-in leitet Biostrength die Trainierenden vollständig durch das Workout und garantiert so, dass die Übungen immer korrekt ausgeführt werden.

Technogym ist einer der weltweiten Marktführer für Produkte und digitale Technologien im Bereich Fitness und Wellness. Technogym bietet ein komplettes Ökosystem aus vernetzten und smarten Geräten, digitalen Services, Apps und On-Demand Inhalten, über die sich Nutzer*innen jederzeit und überall mit ihrer personalisierten Trainingserfahrung verbinden können - ob zu Hause, im Gym oder auf Reisen. Über 55 Mio. Menschen trainieren in 85.000 Fitnesseinrichtungen und 400.000 Privathaushalten mit Geräten der Marke Technogym. Technogym war Offizieller Ausstatter der letzten acht Olympischen Spiele.

Official Distributor in SWITZERLAND: FIMEX DISTRIBUTION AG
Werkstrasse 36 | CH-3250 Lyss BE
info@fimex.ch | +41 32 387 05 05 | **www.technogym.ch**

TECHNOGYM

NEU

Die Innovation in der Körperzusammensetzungsanalyse

InBody 970

STELLEN SIE SICH VOR ...

... Ihre Messungen sind **präzise, reproduzierbar** und nicht bloss Schätzungen.

... Sie können **Trainingsfortschritte dokumentieren** und **langfristig vergleichen**.

... Sie erhalten mit einem Gerät Erkenntnisse zu **Ernährung, Trainingsstand, Rehabilitation etc.**

JETZT Termin vereinbaren!
044 500 31 80

best4health

www.best4health.ch

Grindelstrasse 12 | 8303 Bassersdorf | Tel. +41 44 500 31 80

Fitnessguide

Qualität – transparent wie nie zuvor!
Von allen Krankenversicherungen anerkannt

Helfen Sie Ihrer Kundschaft, die Qualität Ihres Centers zu erkennen

Der Schweizerische Fitness- und Gesundheitscenter Verband hat ein Rating für Fitness- und Gesundheitscenter erarbeitet. Das Sterne-Rating, wie wir alle es schon von der Hotellerie her kennen, gibt der Kundschaft die grösstmögliche Transparenz darüber, was sie in Ihrem Wunsch-Center erwartet.

Helfen Sie Ihrer Kundschaft die Qualität Ihres Kursangebotes zu erkennen

Der Berufsverband für Gesundheit und Bewegung BGB Schweiz hat ein Qualitätslabel geschaffen, das Bewegungscenter und Kursanbieter von gesundheitsfördernden Bewegungs- und Entspannungsangeboten auszeichnet. Sechs Kursbereiche mit 32 Bewegungsangeboten machen die Qualität transparent wie nie zuvor. Lassen auch Sie sich als Anbieter zertifizieren.

Zeichnen auch Sie Ihr Center oder Ihr Kursangebot aus und helfen Sie Ihrer Kundschaft, Sie zu finden. Gemäss Branchenreport 2018 sind von den KMU ohne die Kettenstandorte bereits 57 % beim Fitness-Guide zertifiziert. Infos und Anmeldemöglichkeiten finden Sie auf: **www.fitness-guide.ch**