

PRESSEMITTEILUNG

**MIT „FREE 1:1 TRAINING“ RAUS AUS DEM FITNESS-LOCKDOWN –
MERIDIAN VERSCHENKT RUND 1000 INDIVIDUELLE SPORTEINHEITEN**

Berlin-Spandau, 12. Mai 2021 – Mit einer bisher noch nie dagewesenen Initiative stillt Meridian Spa & Fitness ab Mitte Mai den Fitnesshunger bundesweit und startet die großzügig angelegte Aktion „Free 1:1 Training“ – individuell, effektiv, powerful. Das besondere Sportpaket umfasst rund 1.000 persönlich geführte Trainingslots, die vom 19. bis 31. Mai 2021 in den Outdoor-Areas der Anlagen Hamburg, Berlin und Frankfurt stattfinden.

Das Prozedere ist einfach: Online **ab sofort** registrieren unter <https://www.meridianspa.de/1zu1/> und mit Glück klingelt kurz darauf das Telefon, um das individuelle Workout zu terminieren. Wer in den Genuss des 1:1 Trainings kommt, entscheidet das Zufallsprinzip unabhängig von einer Mitgliedschaft.

Dazu sagt Meridian Geschäftsführer André Nagel: „Ein guter Live-Start nach monatelangem Lockdown bedeutet uns sehr viel. Durch unsere 1:1 Initiative kommen Menschen live mit unseren Fitness-Experten wieder in Kontakt und überbrücken die Zeit, bis Fitness, Wellness und Kurse wieder in vollem Umfang möglich sind. Viel zu viele Menschen leiden gesundheitlich unter der verordneten Schließung aller Fitnessstudios – mit unserem 1:1 Training gehen wir pragmatisch auf diese Situation ein und erleichtern die Rückkehr zu regelmäßiger Sportroutine.“

Das 1:1 Training wird vor Ort von einem erfahrenen Fitness-Trainer geleitet. Nach einem kurzen Check-up startet die 60-minütige Session, bei der nach Wunsch auch Zusatzequipment wie Hanteln oder Therabänder zum Einsatz kommen. Für ein effektives Outdoor-Training zählen optimal ausgeführte und abgestimmte Übungen, der sinnvolle Einsatz des eigenen Körpergewichts und natürlich eine fachmännische Anleitung. Der Fitness-Coach berücksichtigt bei dem Training die Wünsche des Trainierenden, gestaltet die Einheit entsprechend von soft bis anspruchsvoll und achtet auf die gängige Einhaltung aller Hygieneregeln. Und das alles bei frischer Luft und hoffentlich blauem Himmel auf den eigenen Terrassen und in den Gärten des Unternehmens – wer einen der 1.000 Trainingslots ergattert, kann sich also freuen.

DIREKTKONTAKT

Meridian Spa & Fitness Deutschland
Wandsbeker Zollstraße 87-89
22041 Hamburg
Fon 040/65 89-20 143
www.meridianspa.de

PRESSEKONTAKT

LOERKE Kommunikation
Marxsenweg 18
22605 Hamburg
Fon 040/30 99 799-0
www.loerke-pr.com