



Pressemitteilung:

OUTDOOR-FITNESS FÜR JEDERMANN: MERIDIAN SPA & FITNESS MACHT DIE DACHTERRASSE DES SKYLINE PLAZA ZUM GYM

Frankfurt 23. Mai 2018. Bei schönem Wetter geht man doch gerne mal eine Runde nach draußen. Meridian Spa & Fitness, der Premium-Anbieter für Fitness und Wellness, lädt daher alle Interessierten – auch Nicht-Mitglieder – zu seinen kostenlosen Outdoor-Specials von Juni bis August auf die Dachterrasse des Skyline Plaza ein.

DEN KÖRPER HERAUSFORDERN

In luftiger Höhe an seine persönliche körperliche Grenze gehen – in den Sommermonaten bietet Meridian ein wöchentliches Functional Bootcamp unter freiem Himmel an. Eine Stunde lang trainieren Fitness-Begeisterte durch funktionelle Übungen ihre Muskeln und steigern Ausdauer sowie Flexibilität.

Functional Bootcamp: jeden Samstag, vom 30. Juni bis 18. August 2018, von 10.30 bis 11.45 Uhr.

FLIESENDE FITNESS ERLEBEN

Frische Morgenluft, die ersten Sonnenstrahlen und die richtigen Yoga-Übungen sind das Erfolgsrezept für einen ruhigen Start in den Tag. Beim Vinyasa Flow, bei dem fließende Asanas im Fokus stehen, wird genau diese belebende Mischung geboten, direkt auf der Dachterrasse des Skyline Plaza.

Vinyasa Flow: jeden Freitag, vom 22. Juni bis 10. August 2018, von 09.00 bis 10.15 Uhr. Es ist eine Yogamatte mitzubringen.

ENERGIEREICH IN DEN ABEND STARTEN

Den Abend entspannt beim Summer-Love-Yoga ausklingen lassen und dabei den Blick auf Frankfurt genießen: Yogafans können sich auf 90 Minuten traditionelles Vinyasa Yoga mit Elementen aus dem Hatha und dem sanften Yin Yoga freuen. Wer gezielt etwas für Körper, Geist und Seele tun möchte, wird das Workout lieben.

Summer-Love-Yoga: jeden Mittwoch, vom 11. Juli bis 29. August 2018, von 18.45 bis 20.15 Uhr. Es ist eine Yogamatte mitzubringen.

Die Outdoor-Specials auf der Dachterrasse des Frankfurter Skyline Plaza (Eingang ALEX) sind kostenlos und für jedermann frei zugänglich. Weitere Informationen zum Angebot des Meridian Skyline Plaza finden Interessierte auf www.meridianspa.de oder direkt in der Meridian-App.



Über Meridian Spa & Fitness:

Meridian Spa & Fitness bietet in seinen insgesamt acht Anlagen in Hamburg, Berlin, Kiel und Frankfurt seinen über 37.000 Mitgliedern und zahlreichen Tagesgästen das Beste aus Fitness und Wellness in einzigartiger Atmosphäre. Seit 1984 folgt das in Hamburg gegründete Unternehmen einer Vision: Menschen einen Ort zu bieten, an dem sie den Alltagsstress hinter sich lassen und neue Energie schöpfen. Die Philosophie „The Source of Energy“ findet sich in den vielfältigen Möglichkeiten der Anlagen wieder: Ein abwechslungsreiches Angebot aus Classic, Athletic und Spirit sowie erstklassige Kraft- und Ausdauergeräte und ein umfangreiches Kursprogramm lassen das Training für jeden einzelnen zum Erlebnis werden. Dabei werden die Mitglieder sehr engmaschig von qualifizierten Trainern betreut, um gemeinsam Trainingsziele zu erreichen. Der weiträumige Wellness-Bereich mit verschiedensten Saunen, Pools und großzügigen Außenbereichen sorgt für pure Entspannung. Abgerundet wird das ganzheitliche Angebot durch das Face & Body Day Spa mit Beauty-Behandlungen, Massagen und Ayurveda-Anwendungen. Das Gesamtkonzept von Meridian spricht sowohl sportlich interessierte als auch Erholung suchende Großstadtmenschen jeden Alters an.

Pressekontakt:

Global Communication Experts GmbH
Juliane Wiedemann | Doris Palito Schneider
Hanauer Landstraße 184, 60314 Frankfurt am Main
Tel.: + 49 (0)69 175371 -032 / -046
Fax: + 49 (0)69 175371 -033 / -047
presse.meridianfrankfurt@gce-agency.com
www.gce-agency.com

Meridian Spa & Fitness Deutschland GmbH
Nadine Mielke
Wandsbeker Zollstraße 87-89
22041 Hamburg
Tel.: + 49 (0)40 65 89-20143
Fax: + 49 (0)65 89-29000
Nadine.Mielke@meridianspa.de
www.meridianspa.de