



Pressemitteilung:

Sommer, Sonne, Strandfigur – Sommerheld 3.5 Fitness-Challenge

Hamburg, 21. Mai 2019 – Jedes Jahr während der Sommerferien werden in den Anlagen von Meridian Spa & Fitness Sommerhelden gekürt. Dabei heißt es stets: Nicht faul die Sonne genießen, sondern aktiv die schönste Zeit des Jahres nutzen und viel trainieren, Stempel sammeln und am Ende die Challenge „besiegen“. Anlässlich des 35-jährigen Geburtstags des Meridian Spa & Fitness wird dieses Jahr die sommerliche Challenge nach dem Prinzip der Bundesjugendspiele neu aufgesetzt. Titel dieses Vergnügens: Geprüfter Sommerheld 3.5. Vom 1. Juli bis zum 25. August müssen die zukünftigen Sommerhelden acht von zehn herausfordernden Bodyweight-Übungen erfolgreich absolvieren und sich 15-mal im Meridian einchecken. Bei den Übungen kann man wählen zwischen zwei verschiedenen Schwierigkeitsgraden (Silber, Gold). Für jede Übung – vom Liegestütz bis hin zum Yogabaum – gibt es einen Stempel im Sommerhelden-Pass.

Meridian veranstaltet im Aktionszeitraum mehrmals in der Woche Sommerhelden-Kurse, um sich dort zusammen mit einem Trainer ausgiebig auf die zehn Übungen vorzubereiten. Zum Ende des Aktionszeitraums wird die Challenge in diesen Kursen auch vom Kurstrainer abgenommen. Wer besteht, wird belohnt mit einer aus recycelten PET-Flaschen produzierten „Fitness 3.5 Jubiläumstasche“ und natürlich ganz im Geiste der Bundesjugendspiele mit einem Sommerheld 3.5 Emblem in Gold oder Silber zum Aufbügeln.

Über Meridian Spa & Fitness:

Meridian Spa & Fitness bietet in seinen insgesamt acht Anlagen in Hamburg, Berlin, Kiel und Frankfurt seinen rund 38.000 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.

DIREKTKONTAKT
Meridian Spa & Fitness Deutschland GmbH
Wandsbeker Zollstraße 87-89
22041 Hamburg
Fon 040/65 89-20 143
Fax 040/65 89-29 000
E-Mail lisa.goerlitz@meridianspa.de
www.meridianspa.de

PRESSEKONTAKT
LOERKE Kommunikation GmbH
Marxsenweg 18
22605 Hamburg
Fon 040/30 99 799-0
Fax 040/30 99 799-69
E-Mail info@loerke-pr.com
www.loerke-pr.com