

P R E S S E M E D D E L S E

København, den 4. januar 2010

Slå flere nytårsforsætter med ét smæk

Når fitness dk lørdag den 9. januar holder åbent hus landet over, er der samtidig mulighed for at sætte hak ud for de mest gængse ønsker på listen over nytårsforsætter for 2010.

For langt de fleste indebærer springet ind i 2010 samtidig et højtideligt løfte til en selv om, at det nye år skal være året, hvor enten et vægttab, en sundere livsstil eller en bedre kondition realiseres. Det fremgår bl.a. af en onlineafstemning, som fitness dk har gennemført op til jul.

"Det vi ser i afstemningen bekræfter, at det ofte er de samme nytårsforsætter vi har år efter år. Det er stadig ønsket om et vægttab, en sundere hverdag og en bedre kondi, der topper listerne, men det manglende overskud i hverdagen bremser desværre ofte de gode intentioner. Heldigvis er motivationen der jo i begyndelsen, og det er den motivation, vi ønsker at støtte op om med et rigtig godt tilbud til vores åbent hus arrangement lørdag den 9. januar kl. 8-18", siger administrerende direktør for fitness dk Steen Keller.

Hvert kilo tæller

Du behøver ikke være ked af, hvis ønsket om et vægttab stadig er ligeså aktuelt som sidste år, for nu har du chancen for at tjene på at have lidt ekstra på sidebenene. På dagen for fitness dk's åbent hus sparer du nemlig 5 kr. pr. kilo du vejer ved indmeldelse og får oveni det en flot sportstaske. Det kan derfor være en fin idé at vente et par dage med at sætte alt for hårdt ind over for de ekstra kilo. Ønsker du ikke at blive vejet, sparer du alligevel 300 kr. på det valgte medlemskab. Tilbuddet gælder alle over 15 år, men kun lørdag den 9. januar kl. 8-18.

Godt begyndt er halvt fuldendt

Uanset om du er helt ny i et fitnesscenter, eller om du har trænet tidligere, kommer du ikke til at mangle råd og vejledning i fitness dk. Ved indmeldelse betales nemlig en startpakke, som bl.a. inkluderer kædens introduktionsprogram "Godt i gang på 40 dage". Her er fokus at give nye medlemmer den bedste start på deres træning, så de når deres mål.

"Vi er opmærksomme på, hvor vigtigt det er, at den første tid i centret bliver en succes, og det har vi bygget vores introduktionsprogram op om. Her præsenteres alle centrets muligheder og træningsvejlederen lægger et skræddersyet træningsprogram. Vi er dog ligeså fokuseret på at bevare den motivation, som medlemmet havde ved indmeldelse. Derfor inkluderer vores medlemskaber løbende opfølgning, så træningen varieres og gejsten bevares", siger Steen Keller.

Få gode råd og bliv klogere

På åbent hus dagen hos fitness dk vil der være rig mulighed for at blive klogere, både når det gælder kost og motion. I alle centre vil der derfor være infomøde både kl. 10.30 og kl. 14.00 om det populære slankeprogram +SLANK med slankegaranti, som lover et vægttab på minimum 6 kg på tre måneder. Kl. 13.00 kan du også høre mere om, hvad en personlig træner er, og hvordan den personlige træners ekspertise kan hjælpe dig endnu tættere på dine mål. Endelig vil der blandt alle gæster på dagen blive trukket lod om 6 måneders gratis træning.

Om fitness dk:

fitness dk er markedsleder i Danmark med 38 fitness- og velværecentre fordelt i hele landet og 2.200 medarbejdere. Fitness er, ifølge Idrættens Analyseinstitut, en af Danmarks største idrætsgrene med 580.000 aktive medlemmer. fitness dk er medlem af brancheorganisationen Dansk Fitness & Helse Organisation samt Anti-doping Danmark og ejes af PARKEN Sport & Entertainment A/S. Yderligere presseinformation fås hos administrerende direktør i fitness dk, Steen Keller, på telefon 39 12 90 07.

fitness dk's pressebilleder må kun benyttes i forbindelse med omtale af fitness dk. Øvrig brug af fitness dk's pressebilleder kræver godkendelse af fitness dk Marketing tlf. 39 12 90 17.