

Quantum LEAP Gesundheitszentren GmbH

► Moves – Dein Weg zum Erfolg

Moves ist ein gesundheitsorientiertes Bewegungskonzept mit dem Ziel, Menschen mit körperlichen Einschränkungen, höherem Alter oder Vorbehalten gegenüber herkömmlichen Sportangeboten durch ein angeleitetes Muskel- und Herz-Kreislauf-Training Lebensqualität zu geben. Die



Zielgruppe erstreckt sich über alle Altersgruppen. Über 12.000 moves-Mitglieder meiden klassische Fitness-Studios mit „schlanken und durchtrainierten“ Menschen in anonymer Atmosphäre. Die kurze Trainingszeit von 33 Minuten bei gleichzeitig hoher Effizienz wird durch eigens entwickelte Geräte ermöglicht. An jedem Gerät werden eine Muskelgruppe und deren Gegenmuskeln trainiert, da die Belastung jeweils in beide Bewegungsrichtungen wirkt. Bei moves treffen sich Freunde, man wird gesünder und fit. Entwickelt hat sich moves aus einer kleinen Praxis für Physiotherapie hin zu einem heute an über 100 Standorten vertretenen Konzept. Das Unternehmen agiert im Gesundheitsmarkt in Deutschland, Österreich, den Niederlanden und in der Schweiz. ◀

Holger Lerch, T. 05656 93012, lerch@moves-training.com