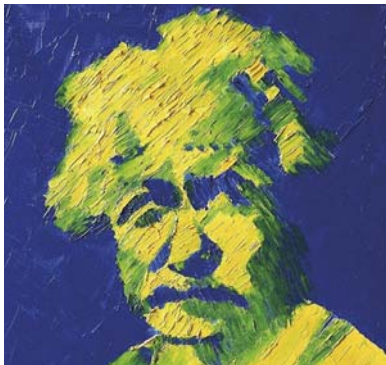


# Fitness Studio für den Kopf

► Transportable Einheit für Franchisenehmer

Das Fitness Studio für den Kopf funktioniert wie jedes Sportstudio: Verschiedene Bereiche werden so trainiert, dass die Fitness insgesamt gesteigert wird. Es werden nicht „Bauch-Beine-Po“ trainiert, sondern Gedächtnis, die Kreativität und Intelligenz. Damit das Training wirksam sein kann, müssen Trainierende bis an die Leistungsgrenze gehen. Nur wer die Komfortzone verlässt, stimuliert den Aufbau des Systems. Deshalb ist das Training für den Kopf zeitweilig richtig anstrengend. Bevor Unlust aufkommt, wird der Trainingsbereich gewechselt, somit ist das Training vielseitig und kurzweilig. Nur wer ausdauernd trainiert, kann nachhaltige Leistungssteigerung erleben. Das Training des Göttinger Unternehmens ist auf ein Jahr ausgelegt. Viele Bevölkerungsgruppen könnten davon profitieren und sollten ganz gezielt angesprochen werden (Schüler, Studenten, Senioren, Patienten, Mitarbeiter etc.). ◀



Roland Laudin, T. 0551 2766723, [roland.laudin@arcor.de](mailto:roland.laudin@arcor.de)