

DIETEMA
BERLIN

NEU ENTDECKT!



SPEED FIT

Die Fitness-Revolution – weniger ist mehr

Speed Fit klingt nicht nur schweißtreibend, das ist es auch. Dahinter verbirgt sich ein besonders effektives Ganzkörpertraining. Und zwar ein bisher einzigartiges Konzept, mit dem alle Muskelgruppen gleichzeitig trainiert werden – mit minimalem Zeitaufwand von rund zwei 15-Minuten-Einheiten pro Woche. Aktuelle Studien belegen: Das betrifft auch tiefer liegende Muskeln. Nun eröffnet in Tempelhof eine Speed-Fit-Filiale.

Albrechtstr. 12, Mitte, www.speed-fit.de