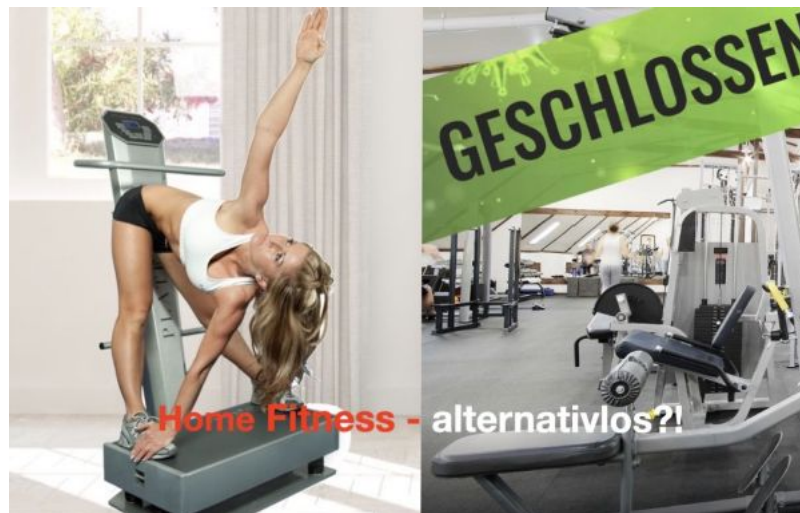


Home-Fitness - die sichere Alternative

27.11.2020, 17:22 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *HCO Healthcareone - Consulting*

Presseagentur: *HCO Healthcareone-Consulting*



Home-Fitness - die sichere Alternative

Home Coaching- mit Sicherheit Zuhause trainieren! Effektiver und sicherer.

Für das Präventions-Training Zuhause bieten wir Ihnen die effektivsten Trainings-Systeme, um größtmöglichen Erfolg bei minimalem Zeitaufwand zu erreichen. Die individuellen Konzepte und das Coaching durch ein erfahrenes Team an Medical-Fitness-Coaches ist die sichere Alternative zum Fitness-Studio.

<https://www.preventionhealth.de/>

Stärkung der Muskulatur:

Der Mangel an Bewegung durch die Ausgangsbeschränkungen hat auf breiter Basis Muskelmasse schwinden lassen. Das ist für ältere Menschen ein Risiko. Regelmäßige Kräftigung hält Sie fit; innovative Systeme bringen einen mühelosen Erfolg bei hoher Zeitersparnis.

<http://www.healthcareone.de/plate-one-praevention-regeneration.html>

Kardio-/Ausdauertraining

Rudern gilt als perfektes Kardio-Training für das gesamte Herz-Kreislauf-System. Daneben werden die Muskeln an den Beinen, Taille, Po, Rücken, Schultern und Armen gekräftigt. Ein System, das durch einen dynamischen Wasser-Widerstand das Vergnügen am Training wesentlich fördert, unterstützt vom Trainingscomputer X

DreamWave made in Germany

Wirkungsvolle Entspannung und Prävention gegen Rückenerkrankungen und zur Lösung von Blockaden und

Verspannungen. Für Körper und Geist, abtauchen und relaxen: Die Voraussetzung um mit den täglichen Belastungen fertig zu werden. Stress läßt sich nicht vermeiden - Sie trainieren um Stress stabil zu werden.

Technologie für die perfekte Regeneration

Rücken- und Fußteil sind unabhängig von einander motorisch verstellbar. Die integrierte biomechanische Massage hat 5 Massage-Zonen , einzeln in 5 Stufen regulierbar um den gesamten Körper perfekt zu massieren. Die zuschaltbare Infrarot Wärme sorgt für eine gezielte Entspannung der Muskulatur und mentales Wohlbefinden.

mentales Wohlbefinden

Zeitloses Design, edles Leder und innovative Technologien.

<http://www.healthcareone.de/Regeneration.html>

Portrait

Healthcareone- Consulting:

Health- & Medical Fitness

Analyse & med. Checkup, individuelle Präventions-Beratung und/oder Therapie-Entwicklung von Trainings- u. Präventions-Konzepten

Home-Fitness

Planung, Lieferung & Installation eines Home Fitness-Studios, Beratung bei der System-Auswahl, Einrichtung und Installation

Health-Coaching

Medical-Coaching, Analyse der Fortschritte und Update der Trainingskonzepte

News-ID: 1200399 • Views: 1232 (Stand: 06.07.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1200399/Home-Fitness-die-sichere-Alternative.html>