

## NEWSLETTER FEBRUAR – 25.02.2021

Liebes Mitglied,

die Sonne wärmt unser Gesicht, stärkt unser Gemüt und gibt uns Kraft... - und trotzdem vermissen wir Dich und all die anderen Mitglieder. Es macht uns traurig, unseren Outdoorpark bei diesen Frühlingstemperaturen so verlassen und leer zu sehen.

Leider wird die Fitnessbranche bei der schrittweisen Wiedereröffnung ab dem 01. März 2021 nicht berücksichtigt. So bleibt uns nichts anderes übrig, als unseren Sportpark inkl. dem Outdoorpark geschlossen zu halten.

In unserem letzten Newsletter haben wir von diesem positiven „Gefühlchen“ der Aufbruchsstimmung geschrieben. Einerseits weil wir viel Zuspruch erhalten und andererseits weil wir auf einem guten Weg der Weiterentwicklung sind. Aktuell arbeiten wir an der Einführung einer neuen Fitness-Software. Wenn alles klappt, dann ist diese Umstellung bis zur Wiedereröffnung erledigt. Welche Vorteile das neue Programm für Dich als Mitglied bringt, erfährst Du in einem unserer nächsten Newsletter.

Die wichtigste Nachricht in diesem Newsletter betrifft die Mitgliedsbeiträge:

### **Ab März 2021 Reduzierung des Mitgliedsbeitrages um 50 %.**

Für die Dauer der restlichen Schließung des Sportparks wird der monatliche Mitgliedsbeitrag verringert. Den Teamplayer Zeit-Gutschein gibt es weiterhin. Für die Monate November - Februar beträgt der Zeit-Gutschein vier Monate (Dauer der Schließung = Dauer des Zeit-Gutscheins). Ab März entspricht die Gutschrift 2 Wochen pro geschlossenes Monat – d.h. zwei Monate geschlossen > 1 Monat beitragsfrei.

Alle weiteren Aktionen bestehen weiterhin:

Als **Dankeschön** erhältst Du **zusätzlich** zum Zeit-Gutschein **einen Monat** (Mitgliedsbeitrag) von uns **geschenkt** – z.B. der Zeit-Gutschein gilt für 4 Monate plus 1 Monat kostenlose Sportpark Nutzung.

**Personal Training - Aktion 2 für 1.** Mit der Wiedereröffnung hast Du die Möglichkeit, Dir **zwei Stunden** mit einem **Personal Trainer zum Preis von einer Stunde** zu sichern. Wenn wir wieder öffnen dürfen, werden wir Dich dahingehend über den Ablauf in unseren Newslettern informieren.

Sollte es Dir nicht möglich sein, trotz unseres Angebotes des Teamplayer Zeit-Gutscheines den Mitgliedsbeitrag zu zahlen, schreibe uns eine E-Mail an [rezeption@sportpark.com](mailto:rezeption@sportpark.com). Wir setzen uns dann mit Dir in Verbindung.

Da wir uns gefühlt schon mitten im Frühling befinden und die optische & seelische Vorbereitung für den Sommer beginnt, hier noch einmal ein Überblick unseres Angebotes während der Schließung:



#### **Personal Fitnesscoaching – Mit uns individuell Zuhause trainieren**

Es ist Zeit, sich wieder um Aussehen und Wohlbefinden zu kümmern. Nutze die Möglichkeit, Dir einen individuellen Trainingsplan für Zuhause erstellen zu lassen. Ein Trainingsprogramm nach Deinen Wünschen und Anforderungen. In einem Video-Termin erhältst Du die perfekte Einweisung in Dein Trainingsprogramm. Der nächste Sommer kommt bestimmt ☺. [Mehr dazu](#)



#### **Kleingeräte-Verleih**

Wer sich im Rahmen des Online Fitnesscoachings einen individuellen Trainingsplan erstellen lässt, kann sich zusätzlich noch Kleingeräte für das Training bei uns ausleihen.

[Infos findest Du hier.](#)

### Home-Gym – jederzeit & überall

Hast Du schon unser selbstgemachtes Apfel-Zimt-Granola ausprobiert oder konntest Du die Tipps von Katharina zum Thema Mentale Gesundheit umsetzen?

Wöchentlich gibt es neue Videos zu den bekannten Themen Bewegung, Ernährung und Entspannung.



[Hier geht's zur Mediathek.](#)



#### Live-Kurs „FIT IN DEN TAG“

Jeden **Donnerstag** von **09.30 – 10.00 Uhr** findet unser Live-Kurs „**FIT IN DEN TAG**“ statt. Kursinhalte sind Koordination, Beweglichkeit, Kräftigung, Gleichgewicht und richtet sich an unsere Mitglieder **-50+** und jeden der Zeit & Lust hat. Geachtet wird auf korrekte Bewegungsausführung und es bleibt auch Zeit um ein wenig zu plaudern – je nach Lust & Laune ☺. Infos, Fragen zur technische Umsetzung und Anmeldung unter: [rezeption@sportpark.com](mailto:rezeption@sportpark.com)



#### Online Live-Workouts – gemeinsam trainieren

Noch **bis** zum **01.04.2021** hast Du die Möglichkeit an unseren Online Live Workouts teilzunehmen. Täglich von Montag bis Donnerstag, jeweils um 18.00 Uhr heißt es gemeinsam schwitzen. Angeboten werden vier unterschiedliche Kurse zu Tanzen, Boxübungen, Entspannung, Funktionales Training. Näheres gib't's [hier](#).

Unabhängig vom Lockdown findet der REHA-Sport wöchentlich statt:



#### REHA-SPORT – Damit das Bewegen wieder Spass macht!

Aktuell bieten wir insgesamt vier Kurse am Montag und Dienstag an:  
Die Erstberatung und Anmeldung ist an folgenden Tagen möglich:

- Montag von 11.00 – 12.00 Uhr und
- Dienstag 18.00 – 19.00 Uhr

Es bedarf keiner Terminvereinbarung. [Hier](#) findest Du weitere Informationen.

Nun hoffen wir, dass wir Dich mit unseren neuen Angeboten motivieren können und Du es schaffst, Dir trotz aller Widrigkeiten Zeit für Deine Gesundheit & Schönheit nimmst. Wenn Du Fragen, Anregungen oder Wünsche hast, schreibe uns einfach eine E-Mail an [rezeption@sportpark.com](mailto:rezeption@sportpark.com).

Im März-Newsletter können wir hoffentlich die Wiedereröffnung ankündigen ☺

Bis dahin bleibe gesund & schau' weiterhin auf Dich.

Mit sportlichen Grüßen



Michael Gillitz und das gesamte Sportpark Team