



Was erwartet Sie bei ALIVE 656?

- ✓ Kabelloses EMS Training der neuesten Form
- ✓ Detaillierte Erklärung & Infos zu EMS Training
- ✓ Beratungsgespräch mit ihrem Personal Coach
- ✓ 20 Minuten individuelles & effektives Training
- ✓ Kostenlose EMS Leihbekleidung
- ✓ Getränkeservice während dem Training
- ✓ Kostenlose Parkplätze vor dem Haus
- ✓ Freude & Motivation während dem Training
- ✓ Ein Muskelkater als kleine Erinnerung

Die EMS Training Checkliste

- ✓ Planen Sie für Ihr Kennenlerntraining bitte 60 Minuten Ihrer Zeit ein
- ✓ Sie benötigen nur Ihr eigenes Handtuch und Sportsocken / Sportschuhe
- ✓ Bitte trinken Sie ausreichend Flüssigkeit vor Ihrem EMS Training
- ✓ Bitte informieren Sie Ihren Personal Coach über etwaige Erkrankungen / Verletzungen